יצירה

* 1) לזכור את עליזה
* 2) אוסף סיפורי מד"ב
3) שירה
4) כוסות מזוגות אויר - סיפורים
* 5) מפלצות הבית שלנו
* 6) זוגיות ומשפחה - מדריך למשתמש
7) מאמרים
* 8) המחזה תוכניות הגדל ותבניות רדיו

מי אני?

1. עסקים ועיסוקים
   - סיכום:
     - מודל לתוני פקס יועץ במסגרת חברה
     - מרצה נסיעון אוקדמאי
     - Δ לתונאי חוקר
     - מגומרים
     - ΔΔ טלוויפיה
     - Δ פרסום / קידום אוקדמיה
2. המשפחה עמעוב
3. משפחה וזוגיות
   - סיכום:
     - לסיוע בת טג נבונה
     - לקבל טיפול פרטני
     - לקבל ייעול זוגי
4. חברים
   - סיכום:
     - לטפח ולשמר חוג חברתי
     - לעסוק ביצירה
     - להופיע בתקשורת
     - לימודי פסיכולוגיה ופילוסופיה



מודל האדוות

ד
ב
ט + ח
ג + י

1



מודל השודות

משפחה וזוגיות ② - ③

②

בעבר (1960-)

חברתי - כלכלי } רגשי (אינדיבידואליות, תרומת כל אחד למבנה וכו') ← איחוד
פרטי ומשפחתי } תועלתי - רציונלי (המשפחה יחידה משקית) ← איחוד

⇓

כלים טכנולוגיים מלוכדי איחוד (אומצת תקשורת ותחבורה)

מהפך . כיום :

2 מהפכות:
חברתי - כלכלי } תועלתי - רציונלי (גבר ואישה בצד קטן של המהפך) — הפרדה (מיקסום תועלות)
פרטי ומשפחתי } רגשי (נשים בצד קטן של המהפך) — הפרדה (בסיס לפני יציבה)

⇓

- כלים טכנולוגיים מלוכדי הפרדה Self Sufficiency-ו (פלאפון, מחשב אישי, TV רבת ערוצים, אינטרנט)
- הלבות (נידות) פונקציות (מהפרטי - משפחתי לחברתי - כלכלי)
- הרחבת הלבנויות לוינעופונקציות ⇐ הייחוד לנשים. רק שמות דגש על הצד הרגשי וגברים רוצים בנישואים בעיקר המצד אחות תועלתי (גברים הם יקטל הפרטי והמשפחתי) ⇐ יוביל להתנגשות ולמאבק
- סוכני חברה לשמרניים ונשים בחוג המהפכה) מכוון שיחד הגירושין הגבוה שנשים יוצאות.
- הלברית התרגעתי והגינסי (הבדלים בתוחלת חיים ופירושין)

דירוג = הדבקה רכוש ועזרה מצד נשים

= יציבות משפחתית על

= שחרור מלחץ געגוע והתמודדות עם טיפול של הורים

נשים : 1) חוק רכוש משותף 2) הגדלת שיעור השכלה 3) חוק שוויון זכויות 4) המגמה משוויון חובות

5) משפחות חד-הוריות 6) השפעה החלטה על עיצוב דור הבא (ילדים נשארים עם ההורים)
משפחות לא נורמטיביות

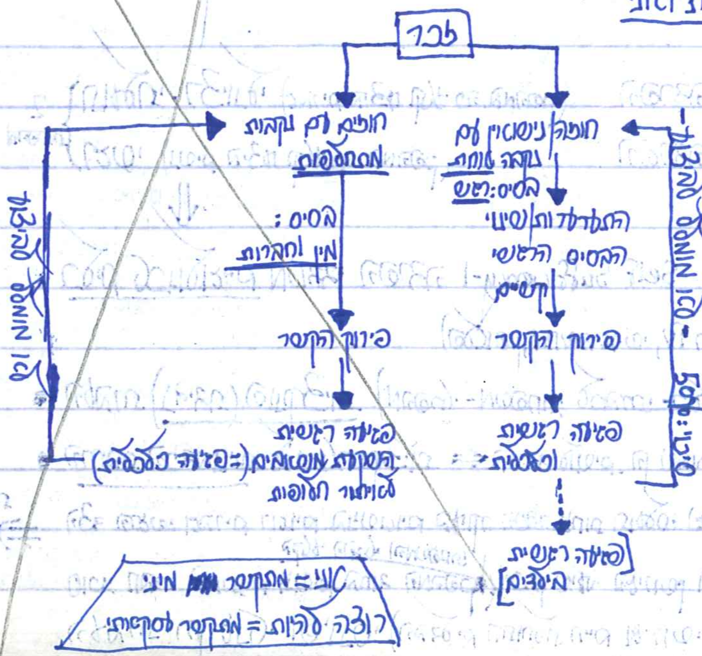
7) גירושין מניעה 8) התעוררות הנוסחה המוסר הכפול בתחום המיני והמשפחתי 9) עיור, תקשורת

(2) התבגרות = ריבוי ההזדמנויות למפגש ולהשוואה 10) מודעות לצרכים ושינוי סדרי העדיפויות

11) [illegible] צמצום תפקידי המשפחה המסורתית (תמיכה רגשית ומינית - פסיכוסקסואלית - גידול ילדים כנטל על כבר במקום אחר) ⇐ בעתיד הקרוב : רק תפקיד פסיכוסקסואלי

12) הארכת תוחלת החיים, הציפיות והצורך 13) קלות ומניעת הסדרים חוקיים וסוציוקונומיים

(3) טיפולים זוגיים



ניסוח סיבות לחיים עם בת זוג

1) חברות - מצבי :
השקעות במשפחה משותפת
למניעת תחלופית זמנית

2) יחסי מין - מצבי :
השקעות נמוכה מאוד
הלכה למין קבוצתי
הלכה לזונות
למניעות תחלופית זמנית

3) גידול ילדים - מצבי :
אין לגדל הילדים

מסקנה :
במצב אין סיבה לחיות עם בת זוג, אלא לאחר נסיון טיפולי.

(2) אופיוני הזוגיות

(2) אופיוני הזוגיות בעבר (-1960) : • בלעדיות (של רוב דפוסי ההתקשרות - כולל מין), "יחודיות ורצינויות (מין)
• שותפות (כלכלית, בגידול ילדים, חברים וכו')

בהווה : • רציפות } של כל דפוסי ההתקשרות, כולל מין - אך אין עוד בלעדיות, ייחודיות
• צמיתות } או רצינויות, גם לא במין

[במיוחד רציפות וצמיתות - תמיכה רגשית / חברות ⇐ שיתוף]

[תמיכה רגשית היא תנאי לקיום הזוג, כשהיא מאופיינת ברציפות וצמיתות. אין פונקציה משפחתית שלא ניתן להשיג מחוץ למשפחה, לרבות תמיכה רגשית, מין, חברות, שיתוף, גידול בוגר ותמיכה. ההבדל היחיד :
רציפות השירותים הנ"ל וצמיתותם וכל מיחד את דפוס ההתקשרות והחברות המכונה "משפחה"]

(2) סוגי בני זוג

↓ עזרה בלתית מינית קשה רווחה אצל המתקשר המיני
אני בעל חסך רגשי אצל המתקשר הרגשי

הצעה	סוגי בני זוג
פונקציה אוטומטית	1) המתקשר המיני - ממשק מינית, בוחן מינית, מתגוננה, בוחן התגובה, מתקשר/מפרק קשר
רגשות שלמות	2) המתקשר הרגשי - ממשק מינית, בוחן התגובה, מתגוננה, בוחן מינית, מתקשר/מפרק קשר
חברים שוטפים	3) המתקשר הלוגיסטי - בוחן התגובה, בוחן מינית, מפתח הרגל או רגש, מתקשר/מפרק קשר.

[פירוק הקשר נובע מכשל באחד השלבים] [זוג הבנוי ממתקשרים שונים מאותו הסוג - יתפרק.]

אופיוני הזוגיות

(*) בעבר (-1960) : המשפחה מוכוונת לעבר (של ההורים, למשל) ולעתיד (כיתוב כלכלית ולגידול ילדים).

• בלעדיות (של רוב דפוסי ההתקשרות, כולל מין)

• ייחודיות ורצינויות (בעיקר במין)

• שותפות (במישור הכלכלי, בגידול ילדים, חברים משותפים וכו')

(*) כיום : המשפחה מוכוונת הווה (הווה לגבי של הצרכים בכל רגע ?)

• רציפות } של כל דפוסי ההתקשרות, כולל מין.
• צמיתות } הדגש על רציפות וצמיתות של תמיכה רגשית, חברות ושיתוף.

פירוק המשפחה נובע מהפרה של אחד או יותר מהאפיונים.

בעבר - הפרת הבלעדיות (חוסר נאמנות, בעיקר מינית אך גם בדיבור, הבילוי משותף)

הפרת ייחודיות וראשוניות (העיסוק בחברות מסוימות, נשים אחרות)

הפרת שותפות — המבחן לטווח: מין והבאת ילדים לפי עדיפויות = נטיות תפקודיות

בימינו - הפרת רציפות } של כל דפוסי ההתקשרות, לרבות מין
הפרת קביעות } ובמיוחד של תמיכה רגשית, חברות ושיתוף

המבחן יומיומי ומוביל לפירוק הקשר לצורך יצירת קשר חדש = נטיות מודולריות:

באומר, גברים שמים פחות דגש על תמיכה רגשית, הם פחות "רציפים" ופחות קביעים (בשל עיסוקיהם העיקריים מחוץ למשפחה). הם מותאמים, לכן, למשפחה התפקודית.

נשים, בשל הסיבות שמניתי, שמות דגש על תמיכה רגשית ורציפות וקביעות כל דפוסי ההתקשרות. רק במקום המתאים מהמשפחה התפקודית למשפחה "המודולרית". הן יוזמות, לכן, גירושין.

נשים פנויות, כמו גברים פנויים, חופשיות כיום להתחיל את עצמן בהתקשרות.

כך, המתקשרות המיניות: במסגרת מינית

יוזמת יחסי מין ובוחנת מינית - אם זה לא מוצלח היא אינה ממשיכה

אם זה מוצלח היא מתאהבת - אם זה לא הדדי היא מוותרת

אם זה הדדי היא בוחנת התאמה - אם אין התאמה היא מפסיקה

אם יש התאמה היא מקימה יחידת זוג עד להפרת דרישות הרציפות והקביעות.

[המין אותה יכול - פירוק, חסר גבולות, דומה - שוכב עם בן המין תמיד. את אומץ את [illegible], אחד - שלם, שובר

בפיגום קיומית]

לקחים

דיאגנוזה

אני "מתקשר מיני", כלומר: רואה את הזולת כאובייקט, כמי שמשמש לצורך פונקציות.

אני מחוסר יכולת לאהוב - את עצמי, או אחרים. קשה לי לשמור על רציפות ועל קביעות (גם בשל רוויה מינית).

אני בעל העדפות מיניות "חוצות-אובייקט" (שהופכות את מושא המיניות לאובייקט): אוננות, מין קבוצתי.

קשה לי להבדיל מינית (כלומר: להפוך לאובייקט) את מי שאני "אוהב" (אובייקט רגשי - שותפי):

יש נתק בין מין לרגשות: חובתי להיות מתקשר לסקאות אבל אני, בעצם, מתקשר מיני. עם יופי קונפליקט ותסכול-תוקפנות.

התוצאה היא: התעללות רגשית ויצירת חסכים בזולת הקרובה (בת הזוג, סמנטה), התקפות זעם.

זה מוביל להטיה של כל תוצאותיה הפסיכולוגיות (מין שחוזר של יחסים קודמים).

צרכים

ביחסי זוג ובנישואין בולטים הצרכים הבאים:

1. חברות, תמיכה רגשית, שותפות

רוב הזמן אין לי צורך בכך. רק במצבי משבר אני זקוק לכך, באופן נקודתי וממוקד בנושא המשבר.
גם כאן נתפס הזולת כאובייקט ויש קשיים בשמירה על רציפות ועל קביעות.
קיימת תחלופיות בין בת זוג לחברים. המינון גבוה (של חברים) - התחלופיות מסוגה.

2. גידול ילדים

אני נמנע מהבאת ילדים, גידולם על כל הטרחות והצרות. אין לי כל עניין בילדים.

3. יחסי מין

רתיעה ממין עם אותו אדם, מוכר וקרוב. העדפה למין אוטואירוטי, כוחני ואובייקטי (מין קבוצתי, אוננות).
יש קביעות גבוהה של תחליפים מפני [illegible] צורך (שמגיעה לשיא ששלו יהיה) מימד רגשי למין.

6

פרופיל בת זוג - היבט העסקה

1. סגנות להפוך, במודע, ממתקשר מיני למתקשר לסקסותי.
2. בת הזוג צריכה להיות מתקשרת לסקסותית (גם אם אני עדיין מתקשר מיני)
3. יש להחזיק התשוקה בצורה אובייקטיבית (רצוי במוצלות מומחים)
4. בחסך מהלסקה: (א) ללא ילדים (עד לשינוי הדדי)
(ב) אין קבוצתי :
(ג) חומם ופרוטוקולים להסדרת כל שטחי החיים המשותפים והפרטיים
הנוגעים לחיים המשותפים.

לתיפלופין: ספרת יחסים מונוגמיים קצרים (מונוגמיה סדרתית)

שתי האופציות
ללא אופטימיות
ולכן מומלץ
לא להתקשר
כלל (מינית
או רגשית)
עם בת זוג
לפני טיפול!

קונפליקט תפקידים

אני, בבסיסי ומטבעי, מתקשר מיני: נמשך ובוחן מינית, מתאהב, בוחן התשוקה.
כיוון הייתי צריך להגיע לרוויה מינית (=חוסר התשוקה) ולפרק הקשר.
במקום זה - בגלל התניות החינוך והמודל המשפחתי - אני עובר לדפוס של מתקשר לסקסותי:
אני מפתח הרגל או רגש מלאכותי +
רוויה מינית והתייחסות לתולת כאובייקט
זה יוצר תגובות התנהגותיות שטבעה נוגעת לאיתני: רבות וחום ונזק, כעס וטלטולים מילוליים
והנה השתפכות רגשות מול הכעס ותוקפנות

נוצר קונפליקט בין מה שאני למה שחונכתי להיות.
אני מנסה את הקונפליקט על הזולה והופך ל"פסיכולוג" החושף את [illegible] הפנימיות.

פרוגם: לזא ← משפחה / ← מיניות / ← זוגיות } בטרם יושלם טיפול

7

מקרה נעמי

מאבק: כשאני חושב על נעמי מתקיימת אני אנטגוניסטית עם כל גבר אחר. אני מגיב בחרדה. לא גם התגובה לפני כל מגע איתה (למשל, שיחות טלפון או פגישות לצורך חלוקת רכוש). מדוע חרדה ולא (או ולא רק) כעס, פגיעה וכו' ?

תשובה: חרדה היא תגובת ההתפכלות לקונפליקט. הקונפליקט: אני רוצה שנעמי תשוב ותהיה שלי - אך יודע שזה בלתי אפשרי גם מבחינתי. מדוע?

אם היינו נפרדים קודם למציאות גברים אחרים (המספקים רק את המימד הרגשי והן את המימד הגופני) היתה תגובתי קלה יותר: [illegible] תשתי סיבות:

(*) התשוקה (הבלתי נמנעת: נעמי לבחור אותי ומייד אחרי החוזר). אני חושב שהיא טובה יותר [illegible] מאמני במקום. לחשוב שהיא טובה לה יותר ממני. כך אני מלעיט לעצמי את הירכולת המוחלטת לקבוע עבורי מה טוב מה רע). התשוקה פירושה שנעמי לא תשוב אלי יותר. זו צלע אחת של הקונפליקט.

(*) הכעס. אני חש שנעמי "מתכחשת" את לצאת (במובן הגופני, יש לכך ביטויים מוחשיים).
אבל, מדוע רק הכעס? מדוע לא חשתי כך בפרשת בוריס? שם חשתי (בעצמי לגבי "גהורה", לאחרות שהיו) ביטויים רגשיים ומיניים לפרשה. הסיבה: הרגשתי אשם באופן ישיר בגלל את "הפיתוס" של עצמי: אני חשתי "מתוקם": "הרגש מה גרמתי לעצמי לעשות".
כעת, איני מרגיש אשם: אני מנסה, בנסיבות שנוצרו, להגן על עצמי ושוב את "הפיתוס", שהוכח שאני אשם.
אך, עמוק בפנים, אני יודע שאיני אשם אלא רק אחראי באותה המידה שנעמי אחראית או שותפה.
המסקנה הבלתי נמנעת: נעמי לא נרגעה כהלכה, היא "בגדה" בי בכל המובנים: הרגשי, המיני והחברתי.

- היא מיחסה הרבה פחות חשיבות ליחסים ונשיה מוכנה להשקיע השקעה אמיתית, מחייבת ולטווח ארוך בהתבגרותה (להבדיל מפרצים של רצון טוב) למשל: ייחוד והצבת יעדים (בית, הקמת משפחה)
- היא "לא רואה" אותי. היא ממוקדת בעצמה ולא משנה מה יקרה לי עם הנסיבות החמורות שבהן אני נמצא.
- היא לא הססה לפגוע ברגשותי ולהקיפן, ואפילו להתפלל בי (מכתב הפרידה, דמות האהובה ורגשותיה כבראה שיש צלם, טינה ואולי שנאה כבושה. ולשקר לי - בוריס מהלך הפרידה וסיבותיה כלפיו)

Appendix

פיתוח מודל סוגי המתקשרים

[illegible]

- רק אם מתמודדת עם ירידה אוהבת ואת תחזור "ותתגלי" הכל.

- נעמי, מבחינתו, אינה התבגרה וחיללה את מה שהיה מקודש ואינטימי בעיניו. לכן הראתה לו שכל חייו המשותפים היו מיוסדים על שקרים. ככל הרבות לכן אוהבה אותו - אותו את האהבה שלה מסופקים.

גם את נעמי הבלבה לשוב אולי - לכן אוהב לשוב אליה. נעמי מרוכבת בעצמה, תוגבות, קשה דעת ובתשובה, שקלטה.

→ הצלע השניה של הקונפליקט!

סיכום:

החלפת בן זוג ← השוואה לרעתי ← נעמי לא תשוב (פחד, כאב)

החלפת בן זוג ← בגידה ושקר ← אני לא אשוב (כעס, הלם)

⇕ קונפליקט (חרדה)

שאיפה נרקיסיסטית

לשובה של נעמי (האובייקט)

(הערה: הבגידה מינית ורגשית היא הטוב = נסיון לשינוי ע"י מי שמגיע כשיר לשינוי אמיתי בחייו.
- השינוי יבוא ע"י התחדשות מלכת הזוג שוב ע"י היחסים החדשים, בשל הבגידה, מכוון שלכן יהיו כל הבגידות בין בני זוג החיים בהתבוננה והמשמעות המוענקת להם ע"י נרטיב הדדי. לכן "תבן נרטיב הדדי כשכיון התשובה - המיוחד בדמה הבסיסית של סוג המתקשר).

אני מלביק לנעמי (תחליף - אם. ניסיתי לשחזר באמצעותה קונפליקט ישן ולזכות לה להתייאש ממני, להחות אותי ולנטוש אותי) כח רב מדי: היכולת לקבוע מה טוב ומה רע, היכולת לבטל את המיוחדות שלי (אם היא לא רוצה בי אני לא מיוחד), היכולת להפגע בי. אבל נעמי היא נשי ואנושית, שיפוטה והיקורתה נובעים ממה שהיא לא פחות מאושר ממה שאני.

"אין לעבר כל קשר לעתיד - אלא באמצעותך.
רק בידך לנתק קשר זה."

מה אני מחפש בבת זוג

תכונה	סימנים חיצוניים
1) יופי	1) טיפוח עצמי, הלבוש, תכשיטים, איפור וכו'
2) עצמאות ואי תלות, קריירה מצליחה	2) נטילת יוזמות
	ניהול משא ומתן בחיי הזוג
	קבלת החלטות במשותף
	מקורות הכנסה עצמאיים, חשבון בנק נפרד
	חוג חברתי אישי, לצד משותף
	תחומי ענין וסיפוק אישיים, רצוי תואר אקדמי
	קריירה מצליחה ועקבית, רצוי עמדה בכירה
3) יציבות	3) תבנית חיים ברורה: משפחה, רכוש, קריירה
	עמדה [illegible]
	גיל 28 ומעלה + נסיון חיים ומיני עבר
4) בגרות	4) קבלת עצמי ואהבת העצמי
	קבלת האחר ואהבתו
	יעוץ ולא ביקורת או טינות ותוקפנות
	יציבות רגשית
5) שיתופיות וחברות	5) תחומי ענין משותפים, אקטיביים ופסיביים
	פעולות משותפות, בסיסיות ומורכבות
	חוג חברתי משותף שמקורו בשני הצדדים
	ניהול משק בית במשותף

בת זוג שתבחר בעבדיין שחייב כסף לכל העולם והוא
גם איש קשה כבן זוג - בוחרת בו, כנראה, בגלל
מה שהוא ולא בגלל מה שיש לו או מה שיהיה לו
או בגלל מה שהוא יהיה אם ישתנה.

תכונה	סימנים חיצוניים
(שיתופיות וחברות - המשך)	גידול ילדים במשותף
	תמיכה רגשית
	יכולת למתן ייעוץ אובייקטיבי לבן הזוג
	העדפות מיניות דומות והבנה במין (יחס טהור למין)
	האמונות מקבילות, הוקרה, ורגשות שליליים קבועים
	הקדשת מילוי צרכי הבן-זוג להעדפתו על ידו
6) שוויון	סימטריה מוחלטת ביישום הסכמים והיחסים

* אהבה יכולה להתקיים רק בין שווים שיש להם הרבה מאוד מהמשותף (העדפות, ערכים, תחומי ענין, הומור, סגנון חיים) ומעט מהמנוגד (אופי). כל אהבה בין שונים מאוד שיש להם מעט מהמשותף והרבה מהמנוגד - אינה אהבה אלא סיפוק צרכים או מצב של תלות.

אהבה = שווים + הרבה משותף (ערכים, העדפות, תחומי ענין, הומור, מין) + מעט המנוגד (אופי)

תלות = שונים + מעט משותף + הרבה מנוגד

3 שאלות:

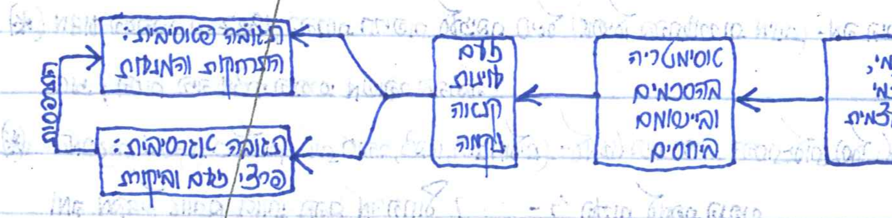
(*) מדוע אינני מסוגל לבגוד (מינית ורגשית) בבת-זוגי?

(*) מדוע התאהבתי, ב-1987, בעוצמות חריפות בנקיבת סיגל (אופיה ההתעוררות מינית) - מה היה שונה בי ובסביבה או? האם היה מצבי הנפשי משופר בהרבה?

(*) במסגרת מוסדות סגורים (בית סוהר, צבא, בית חולים) - שמעט בית ספר - ההתאהבויות שכיחות יותר - מדוע ומה מבדיל אותם ואותי מהם מן החוץ? - ר' הגדרות למצבת הנפש

מדוע אינני מסוגל לבגוד בבת-זוג

אני מחשק את יחסיי עם בני אדם להסכמים ולאי הסכמים. ההחלטה הסופית אם יש או אין הסכם היא תמיד...
לפעמים חושבים אנשים שיש הסכם ביניהם לביני - ואני איני חושב כך. נוצרות מזה אי הבנות ואכזבות.
בינו לבין בת הזוג יש הסכם שיש לו סעיפים רגשיים וסעיפים משקיים-ניהוליים.
הבלעדיות המינית והרגשית הינו סעיף חשוב בהסכם.
קשה לי להחליט את להפר הסכמים. אפילו אם תוקפם פג והם התרוקנו מתוכן.
יחסי לסעיף הבלעדיות הוא א-סימטרי: הפרה שלו ע"י בת הזוג אינה הפרה מהותית. אם אני אפר אותו,
מצפוני ייסר אותי מאוד וייתכן שאני לא אוכל להישאר עם בת הזוג, גם אם היא תסכים לכך.
הא-סימטריה נובעת מפחד נטישה.. אם אני אפר הסעיף - או שבת הזוג תעזוב אותי או שאני אעזוב אותה, כאמור.
יש בזה התגלמות של בעיה עמוקה יותר: אני חש נטישה ותלות בבת זוג לא שבחרה בי. חבות זו יוצרת
א-סימטריה ביחסים: היא יכולה לבגוד בי, לא לתרום לכלכלת הבית, למתוח ביקורת, לדרוש הפסק, להפגין התנהגויות
תמוהות (למשל, לעזוב הבית בכעס) ולא תהיה כל סנקציה כלפיה. זו תוצאה של דימוי עצמי נמוך,
הא-סימטריה הזו מונעת ממני גם להביע כעס. הכעס נצבר בכל פעם שבת הזוג מנצלת א-סימטריה
או נובע כתוצאה מחיכוך יומיומי בין שני אנשים בעלי מבנה אישיות שונה.
את הכעס פורקתי בצורה פסיבית: התרחקות ממגע, התחמקות משיחה, המנעות ממין. לפעמים לפרקי זמן אגרסיביות:
התפרצויות זעם אך מייד לאחריהן שבתי להיות פסיבי, רך, מפייס, בכייני ומתייסר (פחד הנטישה). לבת הזוג
מותר, כמובן, להתפרץ ולצעוק מבלי להתנצל. זו עוד א-סימטריה.



מה השוני בין עזיבת סיגל ב-1987 לעזיבת נעמי ב-1996?

"אנמנזה"

זכרונות הילדות הראשונים שלי:

(א) אני הולך עם אבא (ואמא?) הקומוניסטים אוסף יונים. אוסף צדפים ראשונים. אני נתקע בצדף מתכת ונפצע.
(ב) אני בעריסה. לידי עומדים אנשים (שכנים?). אני ער והם כותבים את השמות.
(ג) סבא מבקר ומנשק אותי לשלום.
(ד) ביקורים אצל סבתי מצד אבי, מלובש בתחפושות פורים.
(ה) כבן 4 1/2. אמא מניקה את סימה (אני זוכר גם כשהביאו את אחותי הביתה: התחלתי לבכות | נעלבתי)
את מיטתה לא שנרדמה). אני מלטף אותה בכוונה (בשיטת "הבסיסים היוגיים"). אמא נותנת לי נמס
כבד (עצבים?), אני נמלט והמצב מרסק דלת ארון. אמא בוכה בחדר לא שמעתי. אני חש מאוים מאוד
מרגלתו ומנסה לפייס את אמא.
(ו) באווירת ניצחון! כבן 6 (?). אני בן 6 ויותר (אחרי מלחמת ששת הימים). אני חופר בחולות ומוצא ליתונים
ישנים והם תמונות מן המלחמה. אני מביא אותם הביתה ומחביא אותם מאחורי ... אמא בוכה
מלהכה: לפי נחמד ואני לא ומביא לה את הליתונים. היא מסרבת לדבר אותי ומאוחר יותר זורקת את כל הליתונים.
(ז) אני ואמי משחקים במטבח. זו מין "תפסת". ראשי נחבט בפינה חדה של כיריים גז. אמא נבהלת נורא:
פרץ דם עצום. אבא מגיע מהר אחר, נותן לי עזרה ראשונה ולוקח אותי לרופא ותופרים את פצעי.
(ח) אמא ואבא נוסעים לשבוע ומפקידים אותי אצל דודה בגבעת שמואל. אני מסרב. הם מצליחים פנים ומנשים שוב.
הם מאיימים עלי שלא יקחו אותי לקולנוע.

זכרונות אחרים

(1) קולנוע היה חביב עלי מאוד ומתמיד. זה היה מוקד ומרכז החיים התרבותיים בקרית-ים.
(2) בגן שעה הייתי ילד בודד, שלא הצליח להביע את פלא אל הצמא, הצלצול הראשון עלי.

(3) בגן שולה נכנסתי בהליכה לחדר [illegible] הלכנו לנדב ודלית מה לעשות את הסיפור שלהם. בורגנו וגהלתי
והתחלתי לצרוח. הם נבהלו מהצלתי, כלאו אותי איתם בחדר (בן לרובה) ונדב היכה אותי.
הגננת שחררה אותי, הביאו את הורי כל הצדדים ולא הגעתי לגרסתי: (?)

(4) אמי אהבה מאוד לשחק ברגליים של ג'ובג'ויה (כינתה אותם "מגהצים"). לימים הפכתי לפטישיסט-רגל.
הגעתי להיסטריה והעלם הכל פעם ששמו רגל יחפה על מיטתי (במיוחד רגלה של אמותי).

(5) עבדתי בגן משפט אייכמן. אמי טוענת שהיא כינתה אותי "אייכמן הקטן". (מוק, שאיני זוכר זאת).
בגיל צעיר קראתי את הפרוטוקולים של המשפט ומאוד הוקסמתי מהתקופה הנאצית בכלל ומהיטלר בפרט.

אינטרלוד: הבחינה הראשונה

(*) מדוע חשוב לי שנעמי תאמר שהיא רוצה לחטוף אותי? אין בכוונתי להסכים.
אני חושב שלחיבתה של נעמי - שנוסחה בכל מאודה לשמר את היחסים בדרגה נמוכה - פגיעה שאין לי סיכוי לבנות יחסים בריאים ושוויים עם בת-זוג.
רצונה לחטוף אותי יוכיח לי שלמרות הכל אני החלופה הנדיבה. זה יחזיר לי את בטחוני העצמי [illegible] לחיות עם בת זוג. אם נעמי, לאחר שלמגבה והחנה החלופות, מתגעגעת לשוב אליי - סימן שאני בן זוג מצוין.
במלים אחרות: אני רוצה הגשמי מין סקר שוק - והתוצאה אומרת מין בחירתי במוצר המובחר.

(*) מדוע לא היה חשוב לי שסיגל תחטוף אותי?
יש הבדל מהותי במשחקי התפקידים בשני מצבי החטיפות:
עם סיגל - סיגל היתה החולה (כתרופתה) ואני התרופה. היא היתה נימפומנית וחסרת יכולת ליצור קשר רגשי ותגי מתמשך, אני הייתי בן הזוג הבריא. היא מנלה ממני מין - אני הייתי מתגונן. היא שכבה עם אחר (באגדה). אני נתתי לה הכל. שיפוטה של סיגל נתפס כתוצר של חולי!
עם נעמי - אני הייתי החולה, מוכה טינוף והתפרצויות זעם. נעמי היתה הבריאה, המטפלת, בת הזוג הביתית. היא רצתה מין - ואני שיחקתי את סיגל ונמנעתי ממין. אני הייתי כאן "סיגל", חולה.

משחקי התפקידים הללו מנעו ממני לראות ראייה מאוזנת את שתי מערכות היחסים.

הבחנה של נעמי: (א) מחד מגיעה [illegible] לי להתנהג כך שנעמי תנטוש כי נמאסתי מכל מגע כדי להמנע מכאב הנטישה (ב) אם אוהבים אותי סימן שיש מה לאהוב בי ואז אוהב את עצמי ואת [illegible] פנימי: אסור לי לאהוב את עצמי כי אינני ראוי לאהבה.

תגובה להבחנה של נעמי: אחת הסיבות לתגובת החרדה שיש לי כשאני חושב על נעמי (בעבר, בהווה ובעתיד) היא האהבה שאני חש אליה.
היתה אי-סימטריה רצינית בהשקעה במערכת היחסים, בייחוד בהשקעה הרגשית. נעמי היתה הצד המשקיע.
אני לא השקעתי מפני שחשבתי שדי באהבה הבסיסית שלמה שמאוהב בך כדי להוסיף לה את "מאמצי התחזוקה".
תחושת החרדה מורכבת משני חלקים:
(א) כעס קשה המופנה כלפי עצמי על כך שהפסדתי את נעמי ואת אהבתה; אני פוחד להודות בכעס הזה ובתוצאות התמורות העשויות לנבוע ממנו אם אודה בו. אני מדחיק אותו ומתבטא בדיכאונים. התוצאה: חרדה.
(ב) פחד גדול שאולי משהו פגום בי ובי יכולתי ליצור קשר זוגי כך שקשר כזה "ימנע ממני גם בעתיד".
בהתמודדות ישירה עם הרגשות אלה אוכל לטפל לטובתי:
(א) לו הפסדתי או איבדתי את נעמי. הראי התאומה היינו היתה כה תהומית שנוצרו יחסי תלות וסימביוטה פתולוגיים ונעמי עשתה שימוש נרחב בנשק הנטישה. אני, מצידי, פגעתי בה והפסדתי אותה, תוך ביקורת עצמית:
(ב) יש בהחלט משהו פגום בי ובי יכולתי ליצור קשר זוגי. אולם יש בסיס להניח שאוכל לתקן הפגמים. וכן שאמצא את בת זוג שהתאמתה אליי תחפה על הפגמים האלה.

אובחן בעיזבונו של אחד הלבבות הגדול בהיסטוריה. יש חוגים של [illegible] שאיבדו לגן המין השני. מתגלה מאוד סובלימציה חסר תקווה בדיוקנו. זה "גאון במין וירטואוזי". [illegible] שראו לבניסת נשים לכה הלבבות. מתסכות התקשורת והתחבורה הובילו להיטר לנצחה ולשינוי מבני (מרד). נוצרת הדעפה של מידע על פני מגע.

(?)-זמן משוער

16

היסטוריה מינית

0

1 - מציצת עובדי מין וכפות רגליהם לגום (משוער)

2

3

4 - התנהגות חשופה הגונה

5 - תקרית האבן: רואה בת ידיים מגוונים כלל עבדם מגווה

6 - התנהגות במיטה המורה ובשובת פלא קשה. התנהגות מינולית הפנידה. קשוה.

7

8 - ריגוש מיני הטמון חשיפה הלירום לבן דוד (?): משיכה לסרטי מין, האיחוד הנוסקים באין חריג (נוסף לריות, למעשה).

9

10

11 - התנהגות בשגיבה המורה. תגובה חריפה למילה "חתנו". נסיון להשוות עם אחות=חשיפה הפני גוף (בלי ריגוש מיני מודע), קשוה.

12

13 - אוננות הקדית לא יודע מפגר. מציג למבוגר פורכן חריה. סקרנות לראות אירום גופני.

14 - מקפה ואוננות תוך התמסרות לצבי והוב. מציבה לצאית (אין הפסקה)

15

16

17

18 - "אונס מדומה" הבבא (לא ריגוש מיני)

19 - אוננות ראשונה עם פליטה בשיחה טלפונית. המשכת מחיבור אגרסיבי (אין משיכה מודעת).

17

20 - שיחות טלפוניות עם בלהה (משיכה מודעת). ריגוש מיני לצרוב ועבר גבי (אושר).

21 - נסיונות חיבור מינוליים לבד ועם אחר (כוסטה - בסירה, קמבדון, הוגית)

22 - התעוררות בשוורי, חיקוריה מינוליים, אין קטילה של עשר מיני מאנה (ההית לא ויבוש)

23 - לירום כאולו מלא מתמיד בבית רגון שנה ששה נשים. מישוש וויבוריזם עם נשני בנותי הקלטות. תצפיות באין הפרים.
כאולו רואה עיון בין פרפה וגולי.

24 - יחסי מין עם סוזן, התבגרות בנשוטות: היגו יפאה, אין וההה, אין מחויבות, אין מתמיד וגולר, מסתיים בנטישה. זכרי גובדי בולט. פטיש.

25 - חברה ראשונה: התנהגות טוב חסרה משיכה אופנית עלה גולי וגוף נדחה ע"י מינות בוטה עלה ("הבראות"). שנת החומות מאין
בשל החלטה שלה. איני יועם התמליפים. צפיה באין קבוצתי הפרים.

26 - הגירה, נטישה. אין קבוצתי עם סיגל, יעל וסוזן. אין סדרתי עם יעל ושוש. מציבה לצער נבה. אין עם נומי מתפתח לקשר ממושך.

27 - מתפתח הרגש לנומי: משיכה מינית ואין מרובה

28

29 - גישואין (מגוון, בלי ילדים): ירידה חריפה בדחף המיני ואין ספורדי.

30

31

32 - הגירה של נומי והמשבר היחסים. עליה בתדירות האין-וחברה לאין ספורדי.

33

34 - הגירה ונטישה של נומי.

35 - העלמות הדחף המיני והופעתו מחדש כאוטואנוטי: חיקורים ספורדיים עלו המשבר. אין מקדים (עולה) ומזכרתי.

פינטזיות: אין קבוצתי בסטלישיה, אין הומוסקסואלי קבוצתי בסטלישית, אין אובייקטי, זיקוק לריות.

מסקנות והשערות: (1) כל עת הטמונים המיני הפיגור קשה או המשל קמלון (פתח-גניטלי או גניטלי) או
המשל קונבסיקט טיפוסי עלו ספור

(2) הפרדה פונקציות: אין מרובה נעלה רק בלי מתוהבות ראשית.

(3) אין בעיה לחיות תקופות ארוכות בלי אין כל זמן שיש לי תחליף שהיבו חתרה (אימפוטנטי ליבים) - Approach Avoidance

(4) רכיב הומוסקסואלי לטנטי.

18

לכתוב כנספח:

LANGUAGING THE GAP BETWEEN PHYSICS AND PSYCHOLOGY

רשימת מנגנוני ההגנה: הסוואה, השלכה, הפרדות, הפרדות השלכתיות, רגרסיה, הכחשה, תגובת הפך,
הצקה, פניה נגד עצמו, ביטול, הפיכה, רציונליזציה, אינטלקטואליזציה, סובלימציה, הדחקה, הכחשה, הזדהות, הגבלת האגו,
אמנזיה, לכידה רגשית. [מיתוס, תחליפיות] [התפרצות] [חרדה]
הנושאים יכולים להיות מוכוונים סובייקט-אובייקט, תלות-כבוד, בחוק ידי אקטיבי-פסיבי:
הנחות פסיכולוגיות: תכנים מיניים והתקפיים הקשורים לגרום לפתולוגיה קשורים למשוואות תת-הכרתיות. אם יש תכנים
שלא להכרה הם יתבטאו כחרדה. בגלל התלונות: "רק זה", נשמרים המשוואות תת-הכרתיים, פסיכופתולוגיה היא
תוצאה של מאבק נגד משוואות תת-הכרתיים אל הגעת (הדחקה) בפתחי יציבות.

מודל פסיכודינמי - טיוטה

שפה = כל ייצוג של מצבים פנימיים וחיצונית.

מצב (LATTICE) - שדה של פוטנציאלים - כמו תת-הכרה וגם הכרה. ~~שדה הפוטנציאלים הוא שדה של שפה~~. שדה הפוטנציאלים הוא שדה השפה.
כשנוחה הפוטנציאלים נעלם האנרגיה (קאוס) [של אנרגיה של שפה] - הוא הופך לצביר נקודתי (SINGULAR CLUSTER).
הצביר מכיל חתך מלא של הנפש (עקרון הולוגרמי - פרקטלים): אינטואיציה, אפקט, קוגניציה.
הצביר ללא אנרגיה נסחף להתפרק. הוא יכול להתפרק רק בדמות לינור מסוימות (EXCLUSION PRINCIPLE):
האנרגיה היא אנרגיה של שפה (כלשהי: "ייצוג וישויות" - סימבולי, מיתוסי) ויכולה להתפרק רק בדמות לינור של
שפה. במילים אחרות: הצביר יוצר את האנרגיה שלו לסביבה (= לנפש) בצורה נפרדת (מילים, מלים, אסוציאציות).
המצבות גם הן משפטים משפה. השלכה, למשל, כמו המשפט: "לא זה תגובה שלי - זה תגובה שלו".
כיוון שיש רמות לינור מסוימות בלבד (דיסקרטיות) - האנרגיה המתפרקת חייבת ללבוש ייצוגים מסוימים בלבד.
מכאן לקדושת ההסוואה והתחליפיות: רק הצורות ייצוג חלופיות או מיתולוגיות [מסוימות] מותאמות לינור. אלה "הרמות המותרות".
לכל צביר יש אייגנפונקציה. ומכאן הדמיון המדהים בין בני אדם והייצוגים האוניברסאליים-פסיכיים.
כשצביר מתאמת לאחר פירוק האנרגיה שלו - הוא חוזר להיות פוטנציאל. לא תמיד דו-סטרים מתמידת:
[או] פוטנציאל לצביר וצביר לפוטנציאל. מקור האנרגיה הראשוני = האנרגיה שמסופקת עם השפה (מוגדרת כאנרגיה!) הדינמי
כשפוטנציאל מוגשם והופך לצביר נשאר 'חור' במקום שבו היה הפוטנציאל. האדם חווה את החור הזה כחרדה.
והוא מנסה לכתוב ולהפוך את הצביר לפוטנציאל = הדחקה. שוב: האנרגיה המתפרקת היא אנרגיה לשונית של שפה.

19

יתרונות: (1) מציית לשמר לחוקי הפיסיקה
(2) אין פרסונפיקציות
(3) ניתן להפרכה (מציע ניבויים)

כשהאנרגיה שבה ללא הצביר מתפרקת בכמות לינור מסוימות (= באמצעות "ייצוגים מסוימים") הוא הופך חזרה לפוטנציאל
וזו, למעשה, ההדחקה. החרדה מסמנת (תרגם סימן) מצב של פוטנציאל, חור בשדה השפה (= שדה הפוטנציאלים) וקונפליקט:
[ההגשמות] הצביר יוצרת שינוי בשדה השפה. שינוי כזה יכול ליצור קונפליקט עם מוסכמה חברתית, נורמה, ערך אישי או
לכבוד - שכולם מוצגים גם כן בשדה השפה. קונפליקט כזה יוצר הפרה של תנאי השדה וחרדה → הדחקה.
איד, אגו וסופר-אגו הם מצבים [תפקוד] של שדה השפה. ה"איד" מייצג את כל הפוטנציאלים - הוא
העיקרון שלפיו נעלמים הפוטנציאלים באנרגיית שפה. איד = משוואת השדה המכתיבה את הפוטנציאלים בכל נקודה
ונקודה. האגו = האינטראקציה בין שדה השפה לעולם (מתבטא, למשל, בביטויים הכרתי לאמרי). הסופר-אגו = האינטראקציה
בין שדה שפה לבין ייצוגי העולם בשדה השפה (תולדי ההדחקה) שלשתם מייצגים אופני פעולה.
נפרט: יש לקחות לכל פעולת הדחקה. השדה משתנה ולכן מוסר את המידע ביחס לפעולת ההדחקה. לכל פעולות
ההדחקה יוצר ייצוג של העולם (הפנימי והחיצוני) בשדה. כמו הסופר-אגו, הצורה שבה מתפקד שדה הפוטנציאל [המולכת המאוספת] (תת הכרה).
בשדה מתבטלת כל הזמן פעולות של הגשמת פוטנציאלים (פריצת תכנים להכרה), לינור ברמות שפה מותרות
(ייצוגים) ומימוש צבירים (הדחקה). המצבות מכתיבה אילו רמות לינור "מותרות". מכלול התהליכים האלה הוא ההכרה
ותהליכים האלה יחד הם האגו. האגו הוא הצורה שבה מתפקדת ההכרה [או המולכת המאוספת]. פעולות המצבות מורכבות רק משדה
הפוטנציאלים והן מצבירים שמתגשמים. אין צורך בהתגשמות צביר כדי ללמוד לפעולה.
האיד הוא "פונקציית גל", "משוואות מצב של השפה". הוא מפרט איפה מצויים הפוטנציאלים שיכולים להתגשם
לצבירים ואיפה יש 'חורי פוטנציאל' (מוקדי חרדה) שלשם יכול צביר להתאמת ולהפוך לפוטנציאל.
אסוציאציה היא שחרור כל רמות הלינור המותרות (= הייצוגים המותרים של אנרגיית השפה של הצביר).
לצבירים שונים יהיו רמות לינור משותפות [הלמנים שונים] ולכן מתחברים למצב של פוטנציאל דרך רמת הלינור המשותפת הם
יעשו את השפה (יקחו בו חותם, לקבות) באותו מקום. השפה "זוכר" אותם באותה הצורה. הפלס הבאה שפוטנציאל
ירצה להגשם ולהפוך לאחד הצבירים האלה - יעלו גם הצבירים הזורמים באנרגיית שפה כזה ויעלו יחד.
בצביר-על (Hypercluster). כשצביר מתאמת לפוטנציאל יש התחמה של השדה ובשלכמה צבירים יש
התחמה כזה - הם יוצרים צביר על. [כמה צבירי-על יחד יוצרים רשת.] התחמה = זכרון. לכן הזכרון שלנו מוסף שימוש בייצוגי שפה. כשלעתנו קורסים

בשדה הפוטנציאלים (הנשפה). האנרגיה הזו יוצרת צביר או צביר-על. כך הטבעה.

אנו רואים משהו אנו קולטים אותו כצביר: הצביר מתממש באותן הרמות לירור מותרות (=תוך שימוש הייצוגים מותרות של נשפה), לוכה הדחקה, מחתים את הנשפה (=לכבון) ומצטרף [שוק] אותו כפוטנציאל.
רמות הלירור רק כמו מיתרים שקונסרים את כל הפוטנציאלים שעוברים דרכן. כל הפוטנציאלים שעוברים דרך רמות-לירור מסוימות של הנשפה - יהפכו לצביר על בתהליך ההגשמה: זהו גם עקרון הראשון של הנשפה:
הפוטנציאלים מסודרים לאורך קוי הנשפה (=רמות הלירור הספציפיות לאותם פוטנציאלים). הקישור הזו קישור נשפה נואל סופיקה, מכני, אלגוריתמי: אם פוטנציאל P_1 ופוטנציאל P_2 עוברים דרך רמת לירור משותפת E_C [כשהם מוגשמים לצבירים] אזי [או ברמת של צביר-על] הם יתגשמו לאורך אותו קו הנשפה ויהפכו לצביר-על בתהליך ההגשמה. הם יבטלים למוש הקשר לכו לוגי (נגיח, של סתירה או התאמה) ומניו להיות חלק מצביר-על. המכבון הזו חותם רמות הלירור בנשפה הנשפה. מכבון מכיל ומורכב מייצגי נשפה שהם הייצוגים היחידים הנבונים (= רמות הלירור המאותרות) לאור צביר. מכבון (החתמות הנשפה) = רמות לירור מותרות.
משוואות הנשפה הן און-לוקליות ואון-טמפורליות. לנשפה אין מאפייני מרחב וזמן. לאור (=משוואות המצב, פונקציית הגל) מתבוונות שכיונן מחייבים שימוש באלמנטים של נשפה של מרחב ושל זמן.
הגיאומטריה של חלל הזמן [מבר ולחוץ] נובעת מן הפוטנציאון, שמייצג את העולם החיצון ומשמר אוסימטריות של הנשפה (מכבון).
תחושת ההווה נובעת מן הצורך לסוקר את כל הפעולות הבו-זמנית בנשפה.
יתכן מצב שבו תתבצע הדחקה חלקית של צביר - רכיבים מסוימים מצביר (נגיח, המליון הבלמה) יתכנו להיות פוטנציאל ואחרים (נגיח, האופק) - יישארו במצב צבירי. זה מוביל לפתולוגיות.
פתולוגיה וסימפטומים: המלבד מפוטנציאל לצביר (התגשמות) עבר קונקחור הנשפה הנשפה המאלור חרדה.
התגשמות הצביר גורמת לשינוי מתני הנשפה הנשפה ולקונפליקט עם ייצוגים (חלקים) אחרים של הנשפה. הקונפליקט הזה מלורר שם הגו חרדה.
החרדה המשוקפת מלוררת שימוש באנרגיה של נשפה לצורך הדחקה. פתולוגיה נובעת כשיש הדחקה חלקית - נותר צביר חלקי ונוצר פוטנציאל חלקי. זה קורה כשנבחרו רמות לירור לא נכונות, תוך דפורמציות קודמות משדה הנשפה ("הדחקה ראשונית" "תסביכים"). בחירה שגויה ברמות לירור. הגורם להדחקה חלקית וגם להתגשמות של צבירים אחרים: במסגרת "צביר-על וירטואלי". הצביר כולו יהיו חברים כמה הצבירים שהם לאורך קו הנשפה (רמת הלירור) שנבחר.

הטעות וגם הצביר החלקי שההתממשות של נבלמה בשלב הבחירה השגויה: זה יקשה על התממשות של צביר העל ותיווצר חרדה כפייתית (הפיטון קומפלקס) או כפייתיות (אובססיה-קומפולסיה). ההתנהגויות הכפייתיות הן נסיונות לעשות שימוש בייצוגי נשפה כדי לחזק התממשות של צביר-על "תקין".
צביר יכול להיות רק ברמת לירור אחת ולכן יש הגבלת [בכל רגע נתון] על הקשב והתמקדות באירוע נושא אחד בכל פעם. אין הגבלה לא [מספר הצבירים המתגשמים והמתממשים בכל רגע.] לפעמים יש אשליה שהאורגניזם ממוקד בהרבה כל כך לבואה שאין רמות לירור (של נשפה) המתגשמות להם.
האנרגיה הזו תשמור לכונה בשדה הפוטנציאלים ותחולל הפרדה (קרע, דיסוציאציה) בין חלק הנשפה (שבו הוא) לכונה לבין שאר הנשפה. זהו סוג של התאמה (מכבון הראיון) שהיא נרחבת (ולכן כוללת אופקים) [ונשיה], ובלתי הפיכה ואוטו באוצאות מניפולציה אנרגטית מבחוץ (טיפול, למשל). כבר שעובר הזמן הופכת הדיסוציאציה למאפיין קבוע של הנשפה. המוסתרה [הזו יכולה להפוך לקוטב של הנשפה (אישיות נפרדת) במצבי ריבוי אישיות.]
חצה. ממושכת לא אירוע חיצוני מכבוע גם הוא החתמות של הנשפה: הצביר-על הטבעי לזה, מתממש ברמות לירור קודמות וחוזר להיות פוטנציאל ובכך מחזק ההתאמה קודמת. לבסוף לא יהיה צורך בתיווך של צביר בין הנשפה לבין האירוע.
פעולות אוטומטיות כמו נהיגה הן כוללה. גם בהיפנוזה יש חזרות רבות ומונוטוניות, אולי שכבון כל שדה הפוטנציאלים עובר "דיסוציאציה" (כי כל רמות הלירור תפוסות ע"י המטפל באוצאות ריכוז מלאו של הקשב ושימוש בנשפה לא יגרו).
בהיפנוזה הצבירים אינם יכולים להתגשם ואנרגיית האירוע (שהיו אנרגיית נשפה מוחרקת, באופקה הזה!) נותנת לכונה ומחוללת דיסוציאציות. התנועות את קורשות המטפל. צביר אינו יכול להתגשם כשרמות הלירור שלו תפוסה. בגלל זה גם לא נוצר כל מכבון של המטפל, אף יש מכבון של תכני הנשפה הפוטנציאלים (התאמה ישירה בלי התגשמות לצביר).
למשה המטפל הוא צביר-על אולטימטיבי (ULTIMATE CLUSTER) ואנרגיית הנשפה שלו נקלטת בנשפה הפוטנציאלים, נותנת לכונה, מחוללת דיסוציאציות, מחתימה את שדה הפוטנציאלים הלוך [להפוך לתינוק] "צבירי" (=הכרתי). התפקיד "הצבירה" מועבר אל המטפל וכן כל תהליך ההתממשות מיוחס לו ולצביריו.
יש להבחין בין אירוע אקסוגני לאנדוגני. הראשון הוא אירוע אנדוגני. שני הסוגים פועלים על שדה הפוטנציאלים וגורמים להגשמת צביר. גם חלומות והלוצינציות הם אירועים אנדוגניים שיוצרים דיסוציאציה.
כתיבה אוטומטית וקשה מפוצלת: כאן נותנת אנרגיית נשפה [אירוע אנדוגני -] (של המטפל) לכונה בשדה הפוטנציאלים וגורמת לכתיבה.

מאחר שלא התגשמה לצביר - לא הגיעה למודעות (לא עברו "עיבוד" שפה שעברו דרך רמות עיבוד מותרות) לעומת
זאת כל יתר האירועים האקסוגניים התגבשו כצביר - אם אם תגובותיהם סתרו את תגובות האירוע האנדוגני.
הנבדק יכול לכתוב משהו אחד (כתוצאה מהאנרגיה הלכודה) ולענות משהו אחר (בתגובה לשאלה שהציג אירוע אקסוגני
המשפיע על שדה הפוטנציאלים וגורם להתגשמות צביר שמתפוקק דרך רמות עיבוד מותנות שמכוונות את התשובה
שהבודק נותן). זו דיסוציאציה אנכית (בין הכתיבה לאמירה, בין האירוע האקסוגני לאנדוגני) ואופקית (בין
הפונקציה המוטורית והפונקציה המוסתרת או המאוחרת), המילה הנכתבת (שסותרת את התשובה המילולית) הופכת
אולם כתיבתה לאירוע אקסוגני ועבר קונפליקט. האנרגיה הלכודה היא מוצאת התבניות (צופה חבוי של הילגארד).
כשמשפיעים שני אירועים אקסוגניים על שדה הפוטנציאל נוצר צביר ומתגשם. אך שני צבירים אינם יכולים
להתגשם באותה רמת עיבוד. המו-תגבורת של רמות העיבוד נקבעת כך: (א) שקולות האנרגיה (שהיא מוגבלת מתנים
לאנרגיה של הצביר (כלומר, שהם "מגבירים אותה שפה") (ב) שהיא אינה תפוסה ע"י צביר אחר במועד ההתגשמות
המדויק. התוצאה: שני אירועים אקסוגניים שיש להם רמת עיבוד משותפת (="צביר משותף בשדה) - רק אחד
מהם יתגשם לצביר והשני ייעצר לכוח בשדה הפוטנציאלים. כלומר: רק אחד מהם יגיע למודעות, להכרה.
ההומאוסטזיס והאקוויליבריום של שדה הפוטנציאלים: בשדה שואף למצב של שיווי משקל אנרגטי מוחלט (אנטרופיה)
ושל ההומאוסטזיס (תפקוד כזה התגובות מבחינתם שונים). כשאלה מופרים יש צורך ~~ביצוע או~~ הוצאת אנרגיה
באמצעות התגשמות צבירים ברמות עיבוד כאלה שיצרו פיצוי וקיזוז שיאזנו את משק האנרגיה הפנימי (באמצעות אנרגיות שפה ברמות עיבוד מותרות)
של השדה. אולה ~~ברמות עיבוד שנבחרו המוצגת~~ הצבירים נבחרו תחת הכוונה לרמות העיבוד שלהם יתאימו לשחזור
ההומאוסטזיס או האקוויליבריום - כך בחירה. נקודה ומשולבת (כלומר: מנגנון הגנה). לחילופין, יש צורך בהיבוט אנרגיה
באמצעות התגשמות אירועים אקסוגניים בשדה הפוטנציאלים. "יבחרו רק אירועים (שהאנרגיה שלהם תאזן את משק
האנרגיה הפנימי ויידחו יעלו אירועים שהאנרגיה שלהם אינה מתאימה. זה מה מנגנון הגנה.
• תבניות, דפוסים, מבנים: אלה הן הרשתות של צבירי-על. כל אירוע (אקסוגני ואנדוגני) מחתים את שדה
הפוטנציאל ומשנה, מבחינה אנרגטית, לצביר-על או לרשת באמצעות התפוקקות אנרגיות שפה ברמות עיבוד מותרות.

תמיד יש אסימילציה ואקומודציה (התאמה בתפיסה ושינוי הרשת כתוצאה מהתאמה). כל אירוע חייב להשתייך לצביר-על ואולי
לרשת. אם רמת העיבוד שלו אינה "מותרת מהעבר", בהתחלה נבדקים צבירי העל והרשתות הכי פעילים (מההווה והעבר
הקרוב) ולבסוף נבדקים צבירי על ורשתות שבהם נעשה שימוש לפני עידנים (פרימיטיביות). כאן יש שתי אפשרויות:
נמצאו צביר-על/רשת "מתאימים": והאירוע משויך אליהם (אסימילציה בלי אקומודציה מובילה לרגרסיה ולמנגנוני הגנה
פרימיטיביים). או שנוקרים צביר-על או רשת ומתאימים אותם לאירוע (אסימילציה ואקומודציה) - מושג אקוויליבריום.
פיסק ומדי (1980): "הגורם נוטה לשמור על תיאום של רמת האנרגיה הקבועה עם רמת אנרגיה ברגע נתון". אירועים
חיצוניים משנים את משוואות השדה (="רמת האנרגיה הקבועה") ונכנסים לפעולה מנגנוני כיול שמתקנים את רמת
הפעילות כלפי מטה או כלפי מעלה ומחזירים את הגוף לרמת פעילות רגילה ולאיזון אנרגטי. השינויים האנרגטיים
נצפים בעקרים בחשבון ורמת הפעילות מתרבנת לפני שהגוף מתרגש. כשאירועים חוזרים על עצמם, הם מאובחנים מיועלת
הלוררות הרגילה והם דורשים פחות אנרגיה בהתייחסות אליהם. התרגשות, דיפרנציאציה, הספקתות יוצרים רמת עירות
התשויה לשום להתפוקקות השדה ולכן נוצר מנגנון כיול כלפי מטה, באינטגרציה.
כשיש אירוע אקסוגני או אנדוגני שלא ניתן לשייך אותו לרשת, למיתר (רק שדה), או לצביר-על - נוצר לאורו צביר חדש.
הצביר החדש משנה את מבנה השדה. אם השינוי הנדרש גדול הוא מחייב פירוק של מבני-על ברמות שונות וניסיון כפוי
לבניית מבני-על חלופיים. המבחן הוא: מינימום האנרגיה - מקסימום המידע (כלומר: קוהרנטיות). צבירים שרמת האנרגיה (עיבוד)
שלהם פחותה מהצביר החדש ינותקו ממבני העל הישנים (הכחשה) או יצורפו למבני-על אחרים (השוואה מוגזמת) שלא
התאימו אליהם במקור. למבנה-על החדש תהיה יציבות אנרגטית - ולמבנה על המאוזן תהיה אי-יציבות אנרגטית. לכן יופיע
המבנה המאוזן - יותר מאשר המבנה החדש (הוא יקרה יותר). זו המהות של מנגנון ההגנה: דפוס התנהגות חוזרת "אוטומטי",
נוקשה (בגלל הופעתו החוזרת) ומגביל. האי-יציבות המתמדת נחווית כמתח. נוצר חוסר הסתגלות פנימית ומגבלות בקשרים.
מ. ויירס (1982): 3 מרכיבים: רשתות (פוטנציאלים); קונצנזוס - שיווי משקל; צבירים (צבירים ומבנים ארגוניים) ולבסוף (התאמה).
מינסקי (1980): לבבון - מצב תודעתי שלם וכך גם משתנה (=שדה).
לסיכום: הקונצנזוס (צביר, מבנה) מובילה לרגש (פוטנציאל): אין שולט את לה.

לבנתל (1980): רגשות (פוטנציאלים) קודמים לקוגניציות (גירויים ומבנים). האמוציה מתבססת על אלמנט אנרגטי - והקוגניציה על אלמנט אינפורמטיבי. אולם גם מידע הפרוצדורלי - רק מסוגרת "גרויה".

אייזן (1987): אמוציה משפיעה על ארגון קוגניציות ומאפשרת יותר קשר וגמישות בין קוגניציות.

לדעתי: אמוציות מאורגנות במבנים (מגבירים ומצב) כמו קוגניציות!

רואה גם: סינגר, הייס (1977), מקוס, ברוס, סוונס (1979), זיינץ וספרן (רגשות = תגובות אוטומטיות לגירויים).
זיינץ וספרן: הרגש הראשוני הוא מנגנון ביולוגי (כלומר: פיסיולוגי) המגיב לגירויים ומעניק להם משמעות ומשקל (=שתי אלמנטי מידע). הליבוד מהיר ומתבסס על תגובה לסט מצומצם של סממנים. התגובה הרגשית חומר גלם ליצירה קוגניציה.

בניגוד לסוונס, מבחין בין ליבוד נתונים בשדה הפוטנציאלים (פוטנציאלי) לליבוד בתוכנים באמצעות מבנים (מבני). כשתפיסתם חוקי הגמולה אנרגטיים - פיזיקליים והעברה הרגשית/הראשונית: מיד או נשפה. הליבוד הפוטנציאלי דב, סטריאוטיפי ומשפיע מעוררת.
הליבוד המבני עשיר ויוצר מבנים נוספים ושינויים בשדה עצמו.

הרובינ'ל (1988): מצבי התודעה פועלים במתואם, כיוון שלהבר בין מצבים נעשה שינוי בכל המרכיבים כוחה.

גשטלט: ארגונים נוטה לזמן גירויים בתודעה בצורה הטובה ביותר האפשרית (הלקחון הפופולרי או הומיוסטזי).
המאפיינים: פשטות, סדירות, מתאומות, רציפות, קרבה בין מרכיבים, בהירות וקיבוץ: נתיב: מינימום האנרגיה.

אפשטיין (1983): תהליכי אינטגרציה (הרמוניה) ודיפרנציאציה (התבונה) יוצרים הרמוניה, פיתוח מובנה בשלב חדרה של רפוס קבוע בלי שמתרחש שינוי (התבונה או הרמוניה).

פיסלר: מצב שבו המבנה מתכנס למינימום האנרגיה או מינימום ההתנגדות (PLR או PME). מתגשם בכל שלב פרמטרים הבריות המקבל. הוסף תנאים רמות לידור ואינו מאופיין למבנים אחרים להתגשמות בהם. המבנה הוא גם מחליש את תהליך ההתאמה.

מודל בשנור (1981) לארגון המבנה: המבנה מורכב מיוצגים או מיחידות (התחממה של מבנים בשדה). כשיש אקטיבציה של יחידה אחת - היא מפעילה יחידות אחרות הקשורות אליה באופן אוטומטי. יש גם מנגנוני לבחינה של קשרים מסוימים.
יחידת זיכרון מפעילה יחידות מסוימות ומעכבת אחרות. אולם: רמת הערור תפסיק שמבנה נעצב מאיתר. איתר מקשר

רק בין התחומות דומות או פוגות. לכן לא צריך לבנה אוקטיביות - אולי מגינה של קשרים.

מודל ההתאמה הפנימית: לחוויה המתאימות ממד רגשי (פוטנציאלי), משמעותי (מבנה) וזכרוני (התחומה). מודלות נוצרת כיש התאמה (הגשמות והתמשות הם: שינוי מבנים) ואם הכרה היא הולמת התאמה (כורח בשינוי מבנים, הכתשה או התאמה מאוזנת). רגשות מתקשרים למשמעויות ולטרבעות מתאימים (פוטנציאלים הפכים למבנים [illegible])
יש גם קשרים בין חוויתיים: רגשות, משמעויות או תכונות המתקשרים בע"פ. יש דינמיקה מתמדת: הרחקות, הכחשות והתאמות מאוזנות עוברות מבנים ומנתקות אותם מה מלה וכך נוצר לא פנימי (מורכבות פחותה)

פתולוגיה לפי אפשטיין (1983): 1. דחיית תוכן מנטלי (גירוים) מן ההכרה (פוטנציאל לא מתגשם) 2. תוכן מנטלי אינו יכול להתאים משום שאינו מתאים (אין מבנה מתאים). מחייב רישות מחדש ויוצר מבנים לא יציבים, בעלי תחרות גבוהה ועליה להתגשם ולהתממש. הדמות לירור הערך קבלי, כבירות מחדש) 3. ליבוד קדם מילולי וטרום-מילולי (אין הגשמה למבנה).
[1 ו-3 טרויב, לפי עבודתי].

קלסטרום (1984): התאמה יוצר בתך תוך-חוויתי בין הכד הרגשי למילולי-קוגניטיבי (פוטנציאל לא יתגשם למבנה)

בואר (1981): למידה וזכרון הם תלויי הקשר מצבי. ככל שהסתור דומה למצב המקורי הוא יעיל יותר. (הקשר הוא גירוש אוקסוני שהאנרגיה שלו מעוררת מיתר/מבנה. אם האנרגיה שלו דומה לזה לאנרגיה המקורית, יתעורר המיתר הנכון ביתר יעילות).
לפי אייזן מדובר בדמיון המשמעות (בין המבנים) שמתקשרים למשמעות ברגש (שייכים למיתר משותף בשדה הפוטנציאלים)

ברטלט (1932), נייסר (1967): זכרון אינו משקף מציאות - הוא שחזור מחדש לאור מצב כלפיה והוא משתנה בהתאם לנסיבות (החתמה משותפת והופכת למבנה שהאנרגיות שלו מושפעות מהנסיבות).

קלסטרום (1984): ליבוד נתונים - תהליך שבו נקלטים גירויים במלא החיצון, מפורשים, מסווגים, מאוחסנים ומשוחזרים בזכרון.
תת הכרה תהליך מלא הכרתי ומשתתפת פעילה בדרך ליבוד וניתוח של גירויים ובניסים בלי מודעות. אך לא השפלה של הגוף.
שלושה מוקדי אחסון של נתונים: מרכב אחסון חושי (רישום תת הכרתי תוך יצירת משל לא תהליכי קוגניציה גבוהים.
למעשה = הטבלת אירועים בשדה הפוטנציאלים. כגון ניתוח למרכיבים לפרופוסים והקניית משמעות).
זכרון ראשוני (לטווח קצר) - התמקדות הקשב, ליבוד הכרתי (התגשמות המבנה), הקרות של החומר.

אחסון לטווח ארוך שמאין להכרה במהירות:
שלושה סוגי תכנון: שאינו נתון לשחזור (לא נוצרה התאמה), שניתן לשחזור מאוחסן (מצוי במבנה לאחר התאמה),
תכנון ברמת קליטה ועיבוד תחושתיים (עבר פוטנציאל, לא מושגם, ההטבלה היא גם התאמה). ליחוד הנתונים חלקן
הכרתי-וחלקו תת הכרתי (התממשות מבנה, נותר חלק ממנו פוטנציאלי). חומר שעובד תת-הכרתית אינו ניתן לשחזור
הכרתי בצורתו התת-הכרתית (פוטנציאל אינו מבנה!). לצורך שחזורים לבכו ליחוד נתונים חושי; הופך החומר המעובד
לשכבת השלכות בדבר מהות הגירוי הנקלט (הטבלה בתפיסה הפוטנציאלית יוצרת מבנים באוכלוסיות נוירונים הנפסה. יחידת
הבסיס של כל מבנה (היא הדביר).
מיכנבאום וגילמור (1984) מחלקים פעולות קוגניטיביות ל-3 מרכיבים: אירועים, תהליכים ומבנים קוגניטיביים.
אירוע פירושו פעולות (התגשמות מבנים), תהליך הוא לקרון ארגון נתונים, אחסונם ושחזורם (חוקי [illegible]
מפוטנציאל למבנה), מבנה או דפוס הקלט נתונים ומשפט אותם ואת עצמו (המבנה).
נתונים חיצוניים נקלטים ע"י מבנים פנימיים (הטבלה) ומושפעים מתהליכים קוגניטיביים והופכים לאירועים קוגניטיביים (עירור
מבנה, הגשמתו). בתהליך זה יש חלק תת-הכרתי: תהליכים תת הכרתיים מלמדים נתונים הנקלטים ומשפיעים עליהם לפי
עקרונות קבועים: מנגנוני אחסון מידע, שחזור התכנון, מסקנות, חיפוש וסקירת מידע.
שלושה תהליכים מלמדים פרשנות: לקרון הטמיעות (הפרט מתייחס למידע הטמון לפי ערכו המוטבע - תדירות המחזק של המבנה),
הייצוג (התייחסות למידע רק אם תואם מידע שיש בתודעה או שמתאים לה. לה לקרון מינימום האנרגיה והתרגלות - צריך
פחות אנרגיה ויש פחות התנגדות לטיפול במידע כזה), הריישור (תיפוס באמיתות של אישור לתיאוריה או לתפיסה וגרימת
הגשמת תיאוריה זו)
הבוורס (1984): שני סוגי ידיעה או ידיעה: הבחנה (הכרה, הבנה, והכרה. תפיסה זה ליחוד מידע והכרה ט מודעות
לתפיסה. מיקוד הקשב הופך תפיסה (הטבלה ועירור מבנה) לחוויה מודעת (הגשמת מבנה). תפיסה מקדימה מודעות.
אוהלה תחושי תת-הכרה (אין הבחנה, יש תפיסה): תפיסה תת-ספית, תכנון (שכחה), הדחקה ודיסוציאציה.
הבחנה בין הדחקה לדיסוציאציה: בהדחקה יש הבחנה בתכנים מעוררי חרדה לעומת דיסוציאציה - אי שימת לב לתכנים

פנימיים בין מערכות נפשיות או התנהגויות (אין הלימה תכנים או הבחנתם).
אינטואיציה = רגישות אינטלקטואלית למידע מהסביבה הפנימית או החיצונית, שעדיין לא נקלט בצורה ברורה והיא מכוונת את
החקירה ואת ההסתכלות לקראת תובנה לאחר. ט מודעות לתהליך ההגשמה. הקשב ממוקד בהגשמה במקום במבנה.

היסטוריה משפחתית

אמא נולדה כבת אמצעית לאם דכאונית, היפוכונדרית, מכה ו-OCD ולאב פסיבי-אגרסיבי. גדלה והתנהגה כבן
ואף נראתה כך מבחינה חיצונית. בעלת שאיפות גבוהות (שחקנית, סופרת) וקווים נרקיסיסטיים (פנטזיות, גרנדיוזיות).
תוסכלה במציאות המבוגרת נחותה והאשימה בכך את משפחתה (=הפכה לקרבן).
אבי חיפש אחר אותה ומצא [illegible] אישה. גדל בבית עם אב [illegible], אלכוהוליסט, נרקיסיסט ואם פסיבית.
בן בכור שנולד לאחר מות אחות גדולה ממנו. הגיע להתבגרות בגיל צעיר וגדל וחונך בקיבוץ. אהב לבלות, לצאת
עם בחורות, לבזבז כסף והרווית הדכה. התישב אחר אמי הסתיים בנישואיהם בגילאים צעירים (18 ו-24 בהתאמה).
אמי נקלעה למציאות של בית צעיר ודל, מטופלת בילד ראשון ועם בעל שנוחח לבלות, נוצבים של דכאון קליני נשלל
היפוכונדריה. התפתח אצלה מעגל של תסכול-תוקפנות. כלפי אבי היתה פסיבית-אגרסיבית וביקורתית-קנית.
כלפיי התנהגה אגרסיות והנצלנות בתשובות ריגוש ובעידן רגשנות-יתר (חנק רגשי). היו חוסר מגע המערכת היחסים
ובכורות ע נטיעות קשות. כמו כן השתמשה בי כמכשיר להשגת צרכים שלה: התפעלות והערכה מהסביבה ומהמשפחה,
למשל (כבר מגיל צעיר מאוד). היא הלבשה התגמול תינוקים חיוביים להשגים ומנעה אהבה ותחתה במשלוק. הגעגוע היה
על הרגעתה. הפכתי לאלוחה שלה.
כשנולדה אחותי, חלה הדירה ניכרת מאוד במצבה הנפשי. היא פתחה דכאון (כתוצאה מהתר-לידתי) והפכה לבולימית מאוד. פיתחה
OCD חמור: פחד של נקיון וסדר כפייתיים, טקסים. החלה תקופה ממושכת של התפרצויות אכילה אכזרית, אובדן כל פרטיות,
פגיעה מכוונת ברכוש יקר, השפלה, הכאות מתמידים; שתיקה של הביתי והלבן העצמיים, מניעת מגע חמרי (איסור להכין
הביתה, למשל), קשר שתיקה ומניעת התפתחות מינית תקינה, פיתוח רגשי אשמה קשים ביותר כשהיא נפגעת. [illegible]

המשפחה מאבק כוחות שלא בין הורי. אני הייתי בחוויה שלבכון הקשה והיפוכונדריה הדומה של סבי. אבי איים
לעזוב את הבית ולהשאר בגולה ואני הפסקתי את שלבי כאחראי לשמירת התא המשפחתי, ולמילוי צרכי הקטנים ממני.
אני לוקחת את הכשלונות פיסית בין הורי ובהפגנת אלימות מילולית. אני סובלת מבעיות והפרעות רגשיות, כולל הלמידות.
אך המאבק הזה הוכרע מהרה בעיסוק של אבי לבכון כגון: דיספוריה, אנהדוניה, ריגוש בלבוש ובמראה החיצוני,
אובססיה (בית משפט), היפוכונדריה עד כדי דיספונקציה.
לא התנצרותה הלב ונעלם ה-OCD אצל אמי, אך הבכון וההיפוכונדריה אצל אבי מתמידים. אצל שניהם יש
הפרעה רגשית. שניהם פיתחו בחרדה, לינות ושכרונייה כלפי המשפחות הקרובות בפרט והעולם בכלל שנתפס כמקום
מקפח, רע, בלתי צפוי, אכזרי ומסוכן. תגובות הכחשה חזקות של מצבם, מצב המשפחה והמציאות.
כללי: המשפחה - מקור תמיכה עיקרי: (1) ציוד מצויים פסיכולוגיים והקלות על אוטונומיה (2) התמקדות במילוי
משימות ואספקת מילוי חומרי והדרכה קוגניטיבית (3) סוציאליזציה (חברות) (4) קביעת מידע (5) עבודה וחלוקה
בין הורים וילדים - גידול חיוני להתפתחות ולהסתגלות (6) התמקדות בחוויות של תגובות בשלב מסוים הניתן בפתיחות
(7) מערכת אמונות, דרכים ומטרות שמופנמים ע"י חיקוי והזדהות בלתי מודעת (8) מקור לאהבה ולתמיכה רגשית
(9) חממה שבה חש ילד אהוב, מקובל ובטוח - מאפשר פיתוח יכולות אישיות (10) עלה חזרתיות דינמיקה פיסית, מקלט במשבר.
הבית: (1) מסייע בטיפול יומיומי (2) פתרון ונטילת קונפליקטים, המודל להתמודדות נלמדת ע"י טיפול במשברים והמשתתפים (3) מקור
לסמכות ולמשמעת, מציב גבולות (4) מחזק התנהגויות חיוביות ומכחיד שליליות (5) מעניק תמיכה רגשית וביטחון כלכלי
(6) מקנה תחושת יציבות למשפחה (7) מודל להזדהות מגדרית / מגדיר את הבית כתחום מגורים ובהגדרה.

עריכה בין שני סוגי נשים

הגשה המונואנדרית

הוגנת ונפשה. לרוב מבוגרת בגילה. שבעלה מבחינה מינית. מקנה בתקשורת הקרבה והאינטימיות. מעלת תבנית אב
שממנה היא נעזרת ילדים. בעמדות: אשה דתיה / מסורתית / מסורתית.
מבחינתי: תביעה של התגובה שבחר לה היא חסים של ספירת קרבה ואינטימיות. תגובה רגשית: פחד והצלה.

הגשה הפוליאנדרית

צעירה בגילה ובנפשה. מסוקרנת מבחינה מינית. אשה מהווים בסיסים רעועים ליצירת קרבה ואינטימיות. כיוון
שמלוננת בחוויות והתנסויות, אין לה תבנית אב או ילדים.
מבחינתי: התגובה נמוכה תמיד יצירת קרבה או אינטימיות. תגובה רגשית: משיכה ופחד נטישה.

סיכום

אני נמשך לנשים פוליאנדריות (המודל - כמו סיגל או הפוליגמיה - כמו נעמי) מפני שאין מהוות איום של קרבה
ואינטימיות. הן התגובה בה גבוהה והאיום בנטישה כה רב לא שלא ייתכנו יחסי קרבה או אינטימיות.
לעומת זאת אשה כמו תינוק בי פחד נטישה ניכר, שחיבור קונפליקט אדיפלי ומדכא יחסי העלבה. מה יחולל
את הנטישה שממנה אני כה פוחד ובכן משברים נפשיים חמורים כתוצאות מפגיעות נרקיסטיות.
אני אוהב נשים מונואנדריות משתי סיבות:
(א) התגובה גבוהה וחוסר פחד נטישה מנבאים קרבה ואינטימיות שמהם אני פוחד
(ב) דפוס חיים שבעלי גורם לי לחוש אובדן מיוחדות (מין, ביטחון, משפחה - כמו כולם)
אין ספק אשה שאיתה אני יכול לחיות: או שנחושלה נטישה ומשבר נפשי או נשארים חנוק
של מיותר ואויב באלימות נטישה.

שתי מסקנות

- הדגש שלי על נעמי הוא אהבה על תקופת חיים שלמה ושל התמוטטות ה"נורמליות המדומה" (משפחת מקור חמה,
התפוגגו השאיפות, לסקים - הכל נעקר ומוביל לקריסה). אהבה כזה יהיה מאושר.
- בכל מפגש - ולא האוקראיני ביותר - לא אישה, אני משיב כאילו היתה לנו פגישת אוהבים ונטישה. אני משיב על כל המכלול
המקום פרופורציונית. צריך לעשות אובייקטיביזציה.

מדוע נשים נרתעות ממגע אתי?

נשים בוחנות גבר לפי: פרמטרים הישרדותיים:

1. גנטיים וכימיים (פרומונים, מולקולות גנטיים) - גנוטיפ
2. מראה ויציבה - פנוטיפ
3. יכולת להקצאה אסימטרית של משאבי הסביבה - יכולת הטיה

אותו מתבצעת בחינה פרמטרית:

1. שיחות ושפת גוף - תקשורת (מילולית ולא מילולית) והתאמות פתולוגיות
2. התנהגויות ויחסי גומלין עם הסביבה (האנושית והלא-אנושית)
3. התאמה מינית [חידוש של המאה ה-20]
4. התאמת קוד משותף (משורים יחדיו: או קוד מסורת דתית, או משורים משותפים)

אח"כ מתקבלת החלטת זיווג (חיובית, שלילית, או נדחית עד לבירור מחדש עם בחינת פרמטריות עם אותו שותף פוטנציאלי, או עם אחרים).

במקרה שלי:
± 1. יש התאמה גנוטיפית - כוונות מעוררות חשש לפניקיות או לפתולוגיה
\+ 2. יש התאמה פנוטיפית
— 3. אין יכולת הטיה - אני מוגבל בשל פוסט ראל ומשאבי הנפש אינו מאפשר שיקום כלכלי
כמו כן התרתי לי עיסוק חרדתי שאין בו הקצאה אסימטרית (התמסרות)
— 4. שפת גוף מוכבת במידה מה ו- ACTING OUTS חמורים מילוליים (הפרעות בתקשורת) ומידע המועבר בשיחות מצביע על פתולוגיה מתפרצת (הפרעה שלילית)
— 5. התנהגויות אנומליות וא-נורמטיביות (נוכלות, התפרקות, הסתכנות, מחשבות מרעש, האשמות, חלקות מאין, חשיפה תקשורתית, הרס עצמי), יחסי גומלין מופרעים (עסקים מתמוטטים, כלא, גירושין).
[התאמות מיניות ומשורים משותפים הן השלכות]

חודש אחרי השחרור

ההתנהגויות האובדניות (עסקים, כסף, בית-כלא, מאסר, סמים, הברחות ומקצועי) גרמו לפגיעה בקריסטיות חמורה ולדרגרסיה.

בחודש שאחרי השחרור נצפו ההתנהגויות הבאות:

(א) מעשי "אקטינג-אאוט" (=התפרצויות ללא עכבות של הפתולוגיה עם גוון-היסטוריות מובהק גוון עם אגו-סינטוניות).
(ב) עלייה במפלס ההרס העצמי (הימורים, שיחות עם אנשים קרובים, אובדן פוטנציאלים עסקיים, מאבק מכוון על הפרסונה ההתנשאותית ושל הגאווה ההתנשאותית).
(ג) קונפליקטים ביחס למערכות אינטימיות (נמר של נייר, קוני קשר עם חברים, מאבק עם משפחת האקדמיה, שרון)
(ד) נסיונות כושלים למשל עם נשים (אין מקום מלווה באקטינג-אאוט מוביל לנטישה מיידית).
(ה) התפתחות הדרגתית של הפרסונה התגובה (התחמקות מהכרת המציאות, האשמות, פנטזיות גרנדיוזיות)

פרשנות פסיכודינמית (ר' מודל בסוף המחברת):

במהלך הכלא חוויתי דיספוריה של אובדן. לא היתה אפשרות להשתמש בפרסונה התגובה (בריחה פיסית או נפשית) באופן מלא - אבל נעשה שימוש באמצעים כמו: כתיבה, קידום פיסי, תדמית עליונה, הסגת כישורים מוקפים, הפצת מידע בסביבה המיידית. הכלא עצמו - בהיותו "שינוי מסגרת" ולכן מיקום גיאוגרפי - הפך לחלק לגיטימי מהפרסונה התגובה.

השחרור המתקרב נתפס כסיום כפוי (ומאיים) של הפרסונה התגובה והוביל לעליית דיספוריה של מחסור.

כך הובילה לפעילויות שמטרתן היתה יצירת מאו"ר (עם המחיר של הרס עצמי):

(א) גישושים ליצירת רשת מאו"ר (רווה, ורד)
(ב) הצג"ג ג' בירא"ש המליון, פרסומו בעיתונות ויקוד משרד בל"פ
(ג) חתימות חוזים להוצאה לאור של כתבי היד

פעילויות אלו הובילו ל-: (ד) יצירת מאו"ר (פרסומים בתקשורת).

יצירת המאו"ר גרמה להתמכרות לסוג ולהוצרות ליבידו נפשי. נוצר הצורך ביציבה הכו"ב.

בה אירע משהו "באלתי צפוי" מבחינת הניסיון הקודם שלי:

לשני הצלחתי ליטום מאונ"א (כל הנשים רצו את חיבורי ושני הצלחתי להתמודד בהצלחה מלשיפה לסקית משמעותית).

להיפך: חיפוש אחרי מאונ"א במטרה ליצב אג"ג גרם לפעולות נרקיסיסטיות (רדיפה אחר נשים, היעדר חוויה רגשית).

נוצר מלכוד התנהגותי שהוביל ליצירת "מערכות":

(א) לא יכול להפסיק חיפוש אחרי מאונ"א

(ב) חיפוש אחר מאונ"א מגביל פעילות נרקיסיסטיות (נטישה מהירה, מין מזדמן) וגורם לקונפליקט-אגו

(ג) היעדר מאונ"א ופעילות נרקיסיסטיות מגבירים תנודתיות האג"ג ובעיר הגרנדיוזיות

(ד) תנודתיות האג"ג גורמת לפחות בערך עצמי, הדימוי העצמי והביטחון העצמי (ספקות, חששות).

המילים אחרונות: הפער בין הפנטזיות הגרנדיוזיות לבין הישגים במציאות (העדר בת זוג, היעדר סביבה לסקית, תלות כלכלית, העקרות להשלמי רווחה, אי-שיבה של נשים, מודעות גוברת לגבי סביבתי שמי) - הינו כה גדול עד שכבר נדרש יותר לקיים את מנגנוני ההגנה הנרקיסיסטיים של FEGO.

שתי תגובות הגנה אפשריות: מתמשכות לפגוע במטרה לייצב אג"ג ולמנוע תנודתיות:

(1) מתקון: מחפש רפרטואר התגובה (להמנע ממצבי המשבר ולעבור אותם ללא הצלחה לתנודתית)

(2) להגביר מאונ"ר (כתיבה שלו, צילום אירועים, להפגיש מאופיינ אישיות) - בטוח התקבל מייצב, בטוח השאבון מללמה.

כל כמות כבר לא תספק את FEGO. הנפיחה חמורה מדי ב-FEGO תוביל להתפרקות כוחו של הריפרקונסטרוקט (FEGO - TEGO - מסיבת יום-אוון). אם יתמוסס ה-SEGO, יתחיל להתפרק ב-TEGO והאובייקטים.

השלכה זה (של שתי התגובות ההגנה) אני נמצא היום. כשלון יגיע, להתפרקות חמורה במיוחד של SEGO מפני ש-FEGO עדיין מחסום מהשאבנים החמורים האחרונים. כל המצב הזה "מעוד" לא מציאות מאונ"א.

נבחן את היתרונות של שלושת האפשרויות:

(1) רפרטואר התגובה - הוצאות תלויות שאין לי לען מסוגל זו לתשים בוודאי לכל שלא יהיה לי כשלונות שלא ידעו בו (כפי שאוכו קרה מבעוד); נסיון למשבר לתלות; תהליך מפרק קשרים רגשיים; התבודדות;

(2) הגברת מאונ"ר - פרסום בכל מחיר, להיות מחיר של הרס עצמי, כתיבה מאומצת לצורך הלל ותוך חשיפה מסוכנת.

(3) מציאות מאונ"א - סיכוי נמוך בשל שילוב בין דרישות גבוהות לאמינות נמוכה ולתנאי פתיחה קשים מאוד

אופטרויות (2) [redacted] אינן אופטימליות מפני שאינן מובילות [redacted] ליציבות אג"ג. (2) בפני עצמו - אין די בו. הוא חייב להוביל ל-(3). (2) מוביל להתמכרות ולהגברת תנודתיות אג"ג.

אם אני אופטר למצוא מאונ"א - הבעלת מאונ"ר תוביל לתנודתיות גוברת והוסבת של אג"ג זה לקריסת הריפרקונסטרוקט ובמרכזו ה-FEGO. זה יגרום להתפלטות ה-SEGO ולסכנת חיים ממש!

אם אני אופטר למצוא מאונ"א - עדיף להתחיל המשא מהתחלה באומץ: רפרטואר התגובה.

__צרכי השתלטות SEGO__

במקרה שאני אוכיח ליצב אג"ג, התנודתיות תגבר. התנודה היא בין אוברו-ולואוציה, הנבלות מפנטסיות גרנדיוזיות, לבין אנדר-ולואוציה ודה-ולואציה, הנבלות מאימות הפנטסיה הגרנדיוזית לא המציאות הקשה.

בהפרזה מתמשטים האופקטים של המאונ"ר. המאונ"ר אינו יציב וקבוע. לכן נדרשת פונקציה אגית שמייצבת את תכולת המאונ"ר בכל רגע נתון. הקוטב האפר-ולואוטיבי מתעורר גורם לשחיקה של דימוי, ערך והביטחון העצמיים!

זה מחליש את FEGO ומעורר את SEGO לפעולה כפולה:

א) __SEGO נגד TEGO__

דיספוריה ואנהדוניה לא כדי הכוון, דימוי עצמי נמוך ושלילי, ערך עצמי נמוך, שנאה ותיעוב עצמי שמובילים להרס ולהרעשה עצמיים, אידיאציות אובדניות, פוטנציאל להתנהגות.

ב) __SEGO נגד אובייקטים__

דחיית אובייקטים באומצעות הפגנת תכוון והרס עצמי, "קלקול" תחושות טובות ורגשיים של אובייקטים, אקטים כפייתיים, התקפות (קנאה, כעת בוטה, שלמות, ...), הפגנת של ... רגשית, המנעות מין.

תוצאה היא: פרידה בסמכות, לב ריקות, חהלה.

התנהגויות מעוררות חרדה נטישה של נעמי

כאשר נשיקה אובדת אוורי, הקושי להכנס עם בני דודיה, הקושי לאין להחליט אם יודעת, שלא לא תהב של אותך, ודברים ושלום בבתים של שכנים הודיים, חסירת מספר טלפון להמשך, הכשה בוריס (חייה כבולים עם מאוהבת הנך שאירה המסגרת), קשר לאובדנו על קלין, דורשת נשואים פתוחים ומודיעה שכתובתה שלכם עם אחרים, מודיעה שתתעזב מאוהבת ותחנש אין בחול ים חברות האין לא הנדב, נסיעות עליבה (מקלט, מריבה על סדר ועקיון), נטישת המילה. הרגשית, רצון ללמוד בחו"ל או לטייל בהודו; המענות מלהתאוות או מלספר שהיא נשואה, לא שיבה עם משפחה, בחינה מתמדת של היחסים, תגובות פאניקה לאפשרות התעדרות, ביקורתיות רבה, לא אוהבת את הבת ביי את החיי (תכונות, עסקים, משפחה, חברים, עיסוקים, התנהגויות, מיניות)

התנהגויות יוצרות תלות-שקעואל

שקרים (שמובילים לדיסוציאטיביות), האשמה מינית, רשימות התכוונות, סינדרום פיגמליון, עידוד מהורים ומשפחה, עידוד מסביבה חברתית, הפספסות ותיתי מיסולים, ביקורתיות קשה, התפרצויות זעם, אי שיתוף בקבלת החלטות, עידוד תלות כספית, שקרים ביחס לאשמתי כספית וכלפי התנהגויות עסקה

הקשר בין FEGO למיניות

בסיקור ליחשוני עוסקים בביוגרפיה הקשר של יצירה: תולדות חיים כמאירים את היצירה. אני הפכתי את תולדות החיים שלי ליצירה שלי (מה שגורם לסיקור ולחשיפה תקשורתית פפורנוגרפיים). במילים אחרות: אני שחקן (=FEGO) שיצירתו היא חייו של שמואל ואוקטין. אני מתאים את היצירה (=הנרטיביה) לסוגי הקהלים השונים. אין הבדל, שמואל ואוקטין (=TEGO) "בר-הכרה". לשחקן אין נפה, או אפילו קיום, מלבד לדמות שהוא משחק בתפקיד ראשי. זה יוצר תחושות פיוס, שקריות, נפתלות (רוטין), תנודתיות במצבי רוח, רובביות, הסתרה, גוכלות

חשיבויות - ומובילה להסכול של מאונ"מ ולתגובות של רגילה מגוונת (ובמשלה הוא למות). החיים כיצירה (המקום יצירה במסגרת החיים) - זה חלק מה"נרמליות המדומה" (=תפקוד אופטימלי מוחקה). אני חי במקום ליצור, חי עם אובייקט במקום לחיות בתוך עם בת-זוג, בונה "עסק פוטיומקין" במקום עסקים אמיתיים ובמקום השקעה לטווח ארוך, משיג מאונ"ר (=פרסום) במקום מוניטין מקצועי ויצירתי. לא מדובר, למעשה, בהרס עצמי: ההתנהגות שאינני מממש את הפוטנציאלים הגלומים בי נובעת מהצורך בשימוש באובייקטים כדי לממש פוטנציאלים. יש כוון המנעות מאובייקטים כדי למנוע הרס עצמי העשוי להגרם בשל פגיעה נרקיסיסטית (או רגשית). פגיעה כזו תגרם עם נטישת האובייקט או הנלמותו מחיי בכל דרך אחרת.

ההרס העצמי מתבטא דווקא בתהליכי השגת המאונ"ר והמאונ"מ.

הנחת הבסיס היא שאני מיוחד ושי במיוחדות הזו של- אין צורך בהתוספת של יצירה (אומנות, עסקים, עסק, יחסים). אני ראוי לכל (הערצה, התפעלות, טיפול מיוחד) מעצם קיומי ומעצם הצורה ומיוחדותה של הכרוניקה של קיומי. כך, כמובן, גם נמנעת הפגיעה הנרקיסיסטית. אינני משקיע או מתאמץ ולכן, אינני מתקשר רגשית. בתהליכי השגת המאונ"ר והמאונ"מ, אני מעניש את עצמי באופן סדיסטי: אני מציג את עצמי באור שלילי, מונע מעצמי אובייקטים, ופוגע באובייקטים קיימים.

ההסבר הפסיכודינמי לכך: ביום ה-SEGO חזק יותר מה-FEGO, השגת מאונ"ר ויש צורך ביצוב או"ב באמצעות מאונ"מ. ה-FEGO זקוק למאונ"מ. הכשלה עצמית והרס הפוטנציאלים למאונ"מ בתהליכי השגת המאונ"מ מעידים על נצחון SEGO על FEGO מוחלט. SEGO חושף את שקריותו של FEGO בפני הפוטנציאל למאונ"מ ובכך מבטל את האפקטיביות שלו. זה יוצר תנודתיות או"ב עם דקלומציה אישית, הרס עצמי והכשלה עצמית. FEGO מתגונן ע"י החרפת הפתולוגיה הנרקיסיסטית וכך התגובה ש-SEGO מלכין בה. היא מגדילה תלות באו"ב, מחריפה את הדקלומציה ומנתקת את FEGO מאובייקטים שחושפים כביכול את הפתולוגיה ונרקיסיזם. חלק מהפתולוגיה מהווה הטענה שאני לא תלוי באובייקטים, מנותק מבחינה רגשית ואוטונומי. המציאות היא שאני זקוק לאובייקטים ואף תלוי בהם לצורך או"ב וביסוס המיוחדות שלי.

הכללו ועשיית גשמי התפילו להחלטות FEGO ולהשתלטות SEGO. שיקום המאונ"ד חיזוק מלע את FEGO
וגורם לו להצלחה ב-SEGO.
מתמשים בה שני כוחות: SEGO – שפועל באומצלות הרס עצמי ופגיעה באובייקטים ו-FEGO –
שהוא פתולוגיה נרקיסטית משתלטת. במלים אחרות: פגיעה עצמית באומצעות צמצום הקלם וחיסול
הסיכויים להרחבתו. מול חיפוש עגום אחר מאונ"ד ומאונ"א – הכל הוק ואומצלי. כל ההתנהגויות עפ"י גמדות
מהקונפליקט הזה, כלומר הן מ-SEGO והן מ-FEGO.

<u>דוגמא 1</u>: המנגנות ממין מפדאן נובעות מ-SEGO (מניעת קשר עם אובייקטים) ומ-FEGO (לה מפחית תנודתיות
כלומר, מגדיל "יצוב ע"ב").

אצל אנשים בריאו, מין מפדאן: (1) מחזק את האגו (2) מהווה תחליף לאינטימיות ודפוס התקשורת
(3) מפה לו תענוג. (4) קונפורמי עם סולם הערכים החברתי המודרני.
אצלי: (1) מחליש את האגו כיוון שפוגע במיוחדות ובפונקציית "יצוב הע"ב" (2) יוצר פסאודו-אינטימיות
וגורם לסיום התנועה. הפסאודו-אינטימיות גורמת תסכל התרשומות הכלואה ביחסים ובמידע המוסבר לעתים-עת
והן מפני שההתנהגות עפ"י הוו החוקה (3) אני יעני עושה שום דבר לשם התענוג. תמיד יש מטרה:
"יצוב הע"ב, השגת מאונ"ד או מאונ"א (4) אני בעד סולם ערכים שמרני ולפי המין מקודש ושמור לצירת
אינטימיות לטווח ארוך.

לכן אני דוחה מי שנראית כמעוניינת במין הלכה, או מי שמעוניינת בקשר, אבל אינה פוטנציאל מאונ"א.
אני נמשך מייד ומציג את עצמי כנועה ומסוכן. נפרט כעת את סעיף (3):
הנאות הלכה: (1) פגיעה במיוחדות (כולם רוצים סיפוק) ומאויימות על "יצוב ע"ב" מפני שסיבה מהותה.
יסוד <u>להתמד</u> (משך הזמן המינימלי שבו נוצר "יצוב") – היא נמשכת זמן קצר מדי.
(2) יוצרת השקעה רגשית ומעוררת פחד בעיסה – אם נמשכת זמן ארוך יותר.
מין מפדאן (במיוחד השלכוי "השען הביולוגי המתקדם" של הנשה):

מחייב הנשוה, הסתרת הנושא, או גילוי חלקי שלה.

לבעות, מדויקי ענכל, לא צריכה להיות בוגרת לא טה. למעשה, TEGO הוא ישר, טוב, חם ומאפתו. "הענכל"
הוא <u>התפקיד</u> של FEGO שמטרתו למשוך תשומת לב.
יש להבדיל בין "תפקיד" (של הענוק, FEGO) לבין "תפקיד" (של כל האנשים, או של TEGO).
תפקיד: השקעה רגשית נמוכה, רגש לא השקעות אבל ולא צריכה, אגו-סינטוניות נמוכה. לא אגו-דיסטוניות
תפקיד: השקעה רגשית גבוהה, השקעות הע"ב הוו שיקול משני, אגו-סינטוניות גבוהה.
הרפרטואר התפקידים: כל התפקידים שאהרם משתמש הענוק (FEGO). אצלי הם כוללים:
ענכל, מסוכן, בלתי צפוי, אוהב מטוסים, מרתיע
איש עסקים, עשיר, מכיר קשרים, מכיר עוצמה,
גאון, חדשן, אוונגרדי
חדשן, מהפכן, נון קונפורמיסט, מורד
בן-אייני, נמיר, סוטה מין
סופר, אינטלקטואל, הומניין, אומן
איש משפחה, אוהב, אבי של חוכמה, יציבות וסמכות
מקסים, ילד, ישר, גלוי, תמים, פשוט, נזקק לעזרה ולתמיכה.
נשוב לסעיפים (1) ו-(2) ונבחן אותם לפי שיטת יחסי האובייקט:
אני שואב "יצוב ע"ב" ממאונ"א. המאונ"א המושלם הוא: בת-זוג. היציבה כולל: אהבה, הלכה והוא מאופיין ע"י
התמד (זמן ממושך) וגורשוש המיוחדות.
במין מפדאן יש: שלילת מיוחדות, העדר התמד והפיכה לאובייקט.
מין מפדאן מהווה, לכן, פגיעה בפונקציית "יצוב ע"ב".
מומנט ההתנשה | מצב שווי | מצב חסקי עד מחמיר את הפגיעה ב"יצוב" כי הוא מקרב את תוני הנושה המהווה

פוטנציאל מאונ"א (הוא היה באמת אוטנטי/מולידה אין שם רגוע בידו אובייקט מיני).
כל אישה היא פוטנציאל מאונ"א אם היא לומדת אקטיביות מסוימת, [redacted] היא הופכת למאונ"א בתהליך ההתגלות.
יש עולם שלם של יחסי מין וקולם מי שהפכה למאונ"א – מין עם מי שמונע מאונ"א סוגר בתהליך "יצוב הזוג". לכן
אני מעדיף אישה שמתאהבת בי בגלל הנסיבות הנרקיסיסטיות והחוויות ביחד.
כל מה שנאמר כאן על מין מתבטא בקשר לגבי מערכת יחסים ארוכה יותר עם מי שמונעת מאונ"א. מערכת כזו
תהפוך בהכרח פונקציית היציבה. רק מין קצר ואין רגשות שאין בו פוטנציאל מאונ"א אינם מאיימים על "יציבה".

לסיכום: היום כל מה שנוגע רק במערכה הנרקיסיסטית הפתולוגית והן עם פוטנציאלים של מאונ"א במערכה הזה 1

שאלה: מאונ"א זה גם לסק, גם חברים. למה אני מפקיד בעיקר במציאות בת-זוג?

כי: 1. זה מחייב פחות השקעה לאורך זמן, זה קל יותר להשגה.

2. במאונ"א מסוג "בת-זוג" התבנית המדויקת היא - ממדית לעומת התגלית (כאמור) חד-ממדית בלסקים (כמו בלבה). ככל שהתגלית מורכבת יותר, נעדר הנאה טובה יותר.

3. יש מוטיבציה ממאונ"א עצמו. האישה מעוניינת בזוג ולכן כוונתה לשימור הקשר. זה אינו כך בלסקים - חלק הלסקים אינם לקיומו ולשמורתו.

4. פונקציית היציבה קשה לניתור ולהפסקה: הקושיה והחרדה ממוקדים בהבנות אחת, קשה לניתוק, לניתור ומופסקת מיקוד עומק ההתגלית במקום ביטוח וביטול פונקציית היציבה. במלים אחרות: פונקציית היציבה נגזרת ממאונ"א אחד. זה גם סיכון (תלות במאונ"א).

אם אישה אינה מתייחסת אותי כשלמה, אלא כאובייקט נרקיסיסטי (מייצב אגו = מאונ"א). אם הפסד, תמיד אותי נשים גם כאובייקט מיני או רק כאובייקט מיני. כיום, אישה שמונעת פוטנציאל מאונ"א לא תלטפן אותי כלל כאובייקט מיני. אם תשיג אישה שלא תדע כלל מי אני ולא תציע אישה או הערכה מינימלית, לא אמשך אליה מינית.

זה אינדיקטור להחרפה בהפרעה, בפתולוגיה הנרקיסיסטית.

בימן הועתקו לבקרתי משימוש בסמלי הרומנטיקה לכיבוש השגת מאונ"ב/מאונ"א לשימוש משולב גם בגרוש. זה מלמדה אנשים הסביבתי וגורם להם לחשוב שאני "מתוק", "משתדל לטובה", "הופך לאנושי". האמת היא שמפגינים גילויי רגש יעד נוסף להשגת אג"ב והשימוש בו (בגרוש) הוא תפקיד שאני משחק ושאין מאחוריו דבר. אני לומד שימוש דומה גם ביצירות ובאינטראקציות חברתיות. הכל מכוון להשגת מאונ"ב/מאונ"א.

מה שבאמת מתרחש זה החרפה בפתולוגיה הנרקיסיסטית. לכן, כיום, איני מסוגל להתעניין בנשים כאובייקט מיני בלבד, איני מסוגל ליהנות מאישה (כולל מכמיאה, או מקריאה, נשמלה בהתניית מהן מאונ"א), להמציא מהיס עצמי, או להגביל לכיוונים חיוביים ורומנטיים את תהליכי השגת המאונ"ב (דוגמאו: פלא, ברוך לפתוח חספתי רק תכונות ומעשים חיוביים. מאוחר יותר חספתי מידע אישי שהצביע על קיומה של הפרעה והיום אני משיג מאונ"ב באמצעות אוקטיבצ אנונו רגיל ומפיק). הנה אני, שואב רק ממאונ"ב ומאונ"א מיוצבת. גם אם לא מדובר בתקווה, אלא בהתרוממות רוח מלווה בתחושות עליונות רבות. המשפט אובר-זה-ולגוציה קשור לפוטנציאל המאונ"ב/מאונ"א של האובייקט. הוא גם לובר אידיאליזציה והתרוממה.
כולם כבר מרגישים בקיומה של הפתולוגיה ומגיבים לה, גם אם לא הבינו להם למה הם מגיבים:
אורי ("אתה משחק... אני לא יודע מה קורה לך בפנייה אלי; שאתה יודע מדברת... אתה קובע פגישה כדי לספוק נפשך...")
מושון ("אתה נסחק... היית רוצה להרגיש לעולם ושבעולם יתלחשו עליך... אתה נסחק יותר ממני")
ג'ל ("אתה מדבר על הדברים הכי קשים באופן טכני... זה מרתיע... אני הייתי מבטאת")
רותי ("אי אפשר לדעת מי אתה... אני מרגישה נפתלות...")
מאיה ("כשאתה מדבר על הדברים האלה, על נושאים רגשיים, אתה כאילו מדבר על מישהו אחר")
לוטנברג ("זה לציין לא נשמע לי אתה אמיתי")
ליגה ("לא משנה כמה נחמד ביחד וכמה אוהב ... לא הרגשתי אתה לי יותר מבחינה רגשית... אתה פוגש במי שאתה אוהב")
גמי ("אי אפשר להגיע אליך... אתה לא מביע רגשות")
אני אומר את כל הדברים הנכונים - אבל זה לא נשמע אמיתי. כשאני אומר "אני אוהב אותך" איני מביע אהבה, אלא תלות ביציבות אגו. הדבר השני מרגיש ב"ביזנס" אם כי איני מסוגל להסביר מה מפריע לו. התוצאה: התרחקות או נטישה (שגם היא חלק מהמחזור הנרקיסיסטי). המשחק (=EGO/התפקידים) משיג שתי מטרות: הגשמת האינטראקציה

למישור הגוף והרשת עצמה. כך נמנעת פגיעה רגשית/נרקיסטית.

המרחב הנרקיסטי (הפתולוגי) - הרחבה

שלב גיאוגרפי שבו מגיעה ההתפתחות הנרקיסטית למיצוי ולביטוי מלאים. המנ"פ הוא FEGO מורחב מההתחייה הטריטוריאלית
ההרחבה מתבטאת בשלושה מצבים מונ"ר: הפרסום בטריטוריה, הקרבת לוחמה בטריטוריה, הקרבת עושר בטריטוריה.
סמל סטטוס ושימוש בלוחמה שווים, למעשה, לפרסום.
תכונות המנ"פ: (1) כוליות - מוגדר בכל המרחב בעל תכונות המשטה (יחידה מדינית, תרבותית, או לשונית,
בעלת גבולות ברורים) (2) לאומיות - בלתי תלוי באוכלוסיות מקורות ההספקה. למשל: לא חייב להיות מפורסם
בקרב האוכלוסיות וגי בפרסום בקרב מסה קריטית של אנשים (3) אובייקט לגדול - מנ"פ לא חייב להיות גבול.
שיהיה כולל והמוני. (4) נבדל ממונ"ר - מנ"פ לא יכול להיות לא מונ"א. מונ"א רק מייצבים את הגוף כדי
למנוע פגיעה נרקיסטית במנ"פ. מנ"פ עובר רק לא מונ"ר: פרסום, הקרבת לוחמה, הקרבת לעושר (לוחמה - אינטלקטואלית [או מיסטית]
או אחרת) (5) מתמיד [מיידית, לפעול] - עם הווצרותו, מתנתק המנ"פ ממקורותיו (מונ"ר) וממייצביו (מונ"א) והוא קיים בצורה
בלתי תלויה. עם התהדר מונ"ר ומונ"א, ימשיך המנ"פ להתקיים. (6) פגיעה נרקיסטית נשלית - קיום המנ"פ
גורם לפגיעה נרקיסטית נשלית. המוסים אוחרות: המרחוב (SPATIALISATION) של FEGO מגדיל הרחבה את
הצורך במונ"ר/מונ"א. ככל שהמנ"פ גדול יותר - יש צורך ביותר מונ"ר/מונ"א. נרקיסיסט שהמנ"פ שלו זה
המשפחה - צריך הרבה פחות מונ"ר/מונ"א ● מנרקיסיסט שהמנ"פ שלו זה מדינה או הספרות הרוסלית.
למעשה, מופלה גם תכונות ה-FEGO: המוונות, ניזון ממונ"ר ומיוצב ע"י מונ"א, מתמיד ובלתי תלוי בנוכחות אוב',
זקוק למונ"ר (כלומר: יש לו פגיעה נשלית). מנ"פ הוא FEGO שעבר מרחוב. כל FEGO מפתח
"שבר FEGO" שהוא המנ"פ שלו ובו הוא פועל.
אני מפתח מנ"פ בכל יחידה שבה אני נמצא (משפחה, מקרה, חברים). גם כשון מופעלים אומ"ר שמופעלים לנישה
(שליטות המנ"פ - או של המנ"פ אותי). דוגמאות: ההתנהגויות שלי בישראל, יחס לחברים ולמשפחה, הרס לחסקי.
יצירת מנ"פ מקלה על מצבות המונ"א: יש הנחה שכל תת-מערכת במנ"פ היא מעגלת פרופיל מונ"א לא שלט

יוכח אוחרת. במרחב שאינו מנ"פ יש צורך לייצר פרופיל מונ"א.
הפגיעה הנרקיסטית הנשלית במנ"פ גורמת לפער גרנדיוזיות - פער בין המציאות לתנצבים של מנגנוני ההגנה
הנרקיסטיים (פנטזיות גרנדיוזיות ואידיאליזציות). הפער הזה מוביל לדה-וולואציה ולכן לפוסת את הצורך הנובע
באובייקטים סובייקטים (=מונ"א). כך מתפתח הדחף הראשוני לייצור מונ"ר. הגדר מונ"א חוזר פער גרנדיוזי
ומתפתח המנ"פ (גם אם יש מונ"ר). עצרת תנודתיות של אוב: מונ"ר - אידיאליזציה - פער גרנדיוזי במנ"פ -
דה-וולואציה - דחף בסיסי להשגת מונ"ר - מונ"ר וחוזר.

חודשיים אחרי השחרור

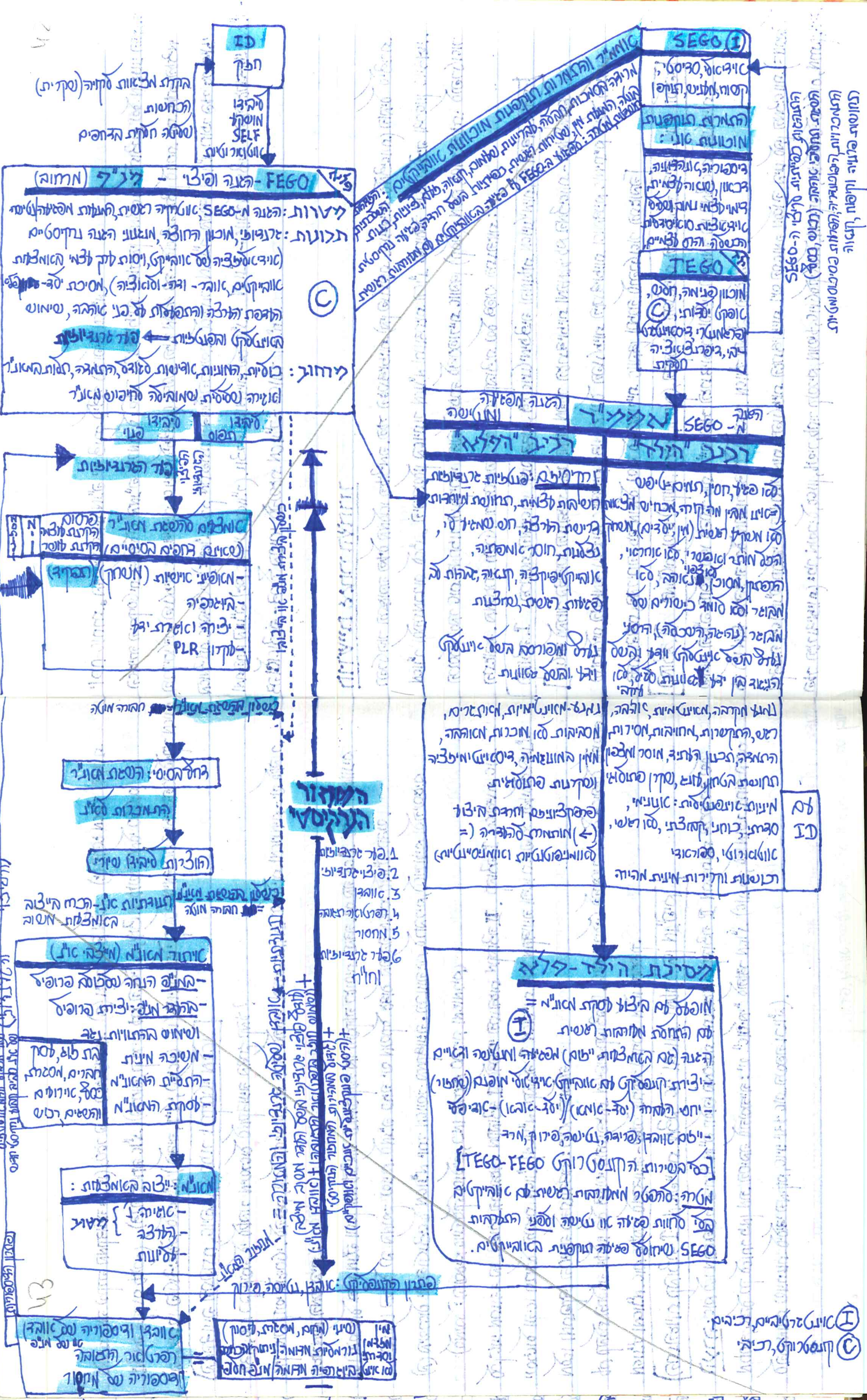
הפרטוקול התגובה שלי במסלול הלוחמה. פער הגרנדיוזיות (בין פנטזיות גרנדיוזיות למציאות) הוביל ליצירת
מונ"ר ולהתמכרות לגז. היה כשלון בייצור מונ"א ותנודתיות הגוף שהובילה דה-וולואציה ודכאון אנקלגי.
הכשלון שבר את המחזור הנרקיסטי והוביל חזרה לפרספקטיבת אובדן (קשה). משם, שוב הגעתי לפרטוקול
התגובה. במסגרת הפרטוקול התגובה יש שתי קבוצות של דפוסי התנהגות:

קבוצה I הכחשת המציאות, התבודדות, פסאודו-אינטימיזציה והמונלות מאונטימיות, אין מקום לספרות

[הנטייה לחזור בדפוסי התנהגות אלו נובעת מפער הגרנדיוזיות והמגע עם המציאות - מגע שמבטל את
הטראומה המאוימת. מוצרים אובדנים מבטאים של הפנטזיות הגרנדיוזיות ואובדנים אומיתיים בגלל הניתוק,
ההתבודדות, הבריחה. זה מוביל שוב לפרספקטיבת אובדן וחזרה לפרטוקול התגובה]

קבוצה II המלטות, שינוי (מקום, מסגרת, ליסנק), הגבלה של הפנטזיות הגרנדיוזיות ופיתוח מנ"פ חלופי

פיתוח המנ"פ החלופי בא לפתור את בעיית פער הגרנדיוזיות ולייצר התאמה בין המציאות לפנטזיות.
זה לא מונע אפיזודה של מחסור ודחף להשגת מונ"ר במנ"פ החלופי:
מקדונית היו מנ"פ חלופי שבו מתגשמות הפנטזיות הגרנדיוזיות ויש התאמה מסוימת בין לבין המציאות (=מחפש
פער הגרנדיוזיות): גבר, משכיל, גאון, עשיר, לחיר קשרים, מושיע, אינטלקטואל, מתוקשר, בעל סמלי סטטוס, מותק, אינ'.



ID
SEGO
TEGO
FEGO
SELF
רכיב "הילד"
רכיב "הפלא"
מסיכת הילד-פלא
(I) אינטגרטיביים, רכיבים
(C) קונסטרוקט, רכיבי

לסיכום, מה עוררה התמודדות: (א) נפסק פחד הגרעיניות (ב) עבר מנ"פ מלא (ג) הושג מאוזנ"ר (הקרנת עוצמה והקרנת עושר) (ד) הבטחת א"ג (פרסום, קשרים עם רשויות, עוצמה, עושר, סמלי סטטוס) (ה) אותרו פוטנציאלים למאוזנ"מ (לידיה, קריטי, סוניון) (ו) המיזניות נפלו קבוצה מימד גרעיני והכרה למקור מאוזן

במקדוניה התפתח, אפוא, מחזור נרקיסטי מלא.

מדוע, אם כך, קשה לי לעבור מישראל למקדוניה בדרך קבע?
אין שום קושי לוגיסטי: להיפך, מכל בחינה עניינית וכפי שהתנסיתי, מהתפתחויות עסקיות ומארגונים - יש לעבור.
הגורמים המעכבים:
(א) ישראל היא מנ"פ ותיק וזה עוצמה שהופקעה בו השקעה רגשית כבדה. יש בה מאוזנ"ר רבים ומשוונים שנבנו בעמל רב במשך שנים. למנ"פ כזה יש משקל גדול הרבה יותר מאשר למנ"פ חדש.
(ב) בישראל יש פוטנציאל מאוזנ"מ יותר מאשר במקדוניה. הכוונה גם לחברים, לסידורים ולהישגים (למשל: הישגים אינטלקטואליים, כמו פרסום ספרים ומאמרים)
לכן, אני מתנדנד בין דפוסי התנהגות מקבוצה I לדפוסי התנהגות מקבוצה II. קבוצה I מאפיינת את ישראל והיא תכלול השגת מאוזנ"ר/מאוזנ"מ. קבוצה II מאפיינת את מקדוניה והיא תאפשר פעילות במנ"פ מלא ומתפקד. הסיבה להתנדנדות: חוסר החלטה.
לא קבלת החלטה ימלאו כל דפוסי ההתנהגות מטיפוס קבוצה I. אם אחליט לעבור באופן קבוע להשגת מאוזנ"ר ומאוזנ"מ. אם אעבור למקדוניה - יפעל מחזור נרקיסטי מלא ומספק.

התנהגויות קבוצה I מאפיינות מצבי אי ודאות ומעבר בין מנ"פים

<u>הערה</u>: אם לא מתאפשר פיתוח מנ"פ חלופי במסגרת התנהגויות קבוצה II מתפתחת דיספוריה של מחסור, אובדן רק לאחר זמן מה. הסיבה להיסחפות: יש "אשליה" להעדר מאוז"ן (אוני, לא מוכר, נחות ביחס למשמעויות שניתנות לסימני המיקום, איני יודע את השפה וכיו"ב).

הסיבות לקבלת ההחלטה לעזוב את ישראל

1) פחד גרעיניות חריף: מכירת המכונית, בעיות כספיות, רמת מאוזנ"ר נמוכה, א"ג לא מיוצבת, קשיי פרנסה, חובות, הליכי הוצל"פ מאיימים, התנהגויות קבוצה I (התנהגויות מכחישות מציאות ומונעות אינטלקטואליות).
2) סיכויים לשחזור מנ"פ - נמוכים ויורדים ככל שעובר הזמן ובגלל משתי סיבות:
(א) יש פגיעה ביכולות הנוצלים להשגת מאוזנ"ר מבחינה מבנית (קשה להשיג פרסום במצב של ריבוי ערוצים וסגמנטציה)
(ב) יש פגיעה תפקודית ביכולת הנוצלים להשגת מאוזנ"ר (קשה להקרין עושר ועוצמה כאשר מעוכבים - לא נתפס כהתנהגות מכחישת מציאות המגבירה את תחושת פחד הגרעיניות; פגיעה בלתי הפיכה במוניטין גורמת לעדרי סמוי וגלוי אובדן של הקרובים ביותר; אובדן הגישה למוקדי הכח)
3) בעיות בייצוב א"ג בשל כשלון בשיחזור מאוזנ"מ - גורם לדה-וולונטציה ולהחמרת פחד הגרעיניות
4) איום כלכלי: קשיי פרנסה, חובות, הליכי הוצל"פ, מס הכנסה → מוביל לאיום במאוזנ"ר ולמשבר נרקיסטי חדש.
5) חוויה מחדש של הפגיעה הנרקיסטית (השיחות לסי נעמי; מכירת המכונית כסמל למצב כלכלי חמור ולהתפכחות מפנטזיות גרעיניות: שמתרסק, הפיכה תזכורת מתמדת למשבר הנרקיסטי, אתרים ומקומות מעוררים נוסטלגיה למצב שבו פחד הגרעיניות היה מורחק או קטן יותר בשל גרנדיוזיות מדומה)
6) הפסקת אמ"ר למניעת עז"ר (עם חברים, משפחה, הדירה, אורח חיים, הנשים בחיי, העיסוק בספרות). הפסקה זו יוצרת תחושות רעות ולכן להמשך מהכרח להפסיק אותם.

<u>שלושה חודשים לאחר השחרור</u>

בוצע מעבר מהתנהגויות קבוצה I להתנהגויות קבוצה II: הסתיימה הכחשת המציאות. מקדוניה מתחילה להתבסס כמנ"פ חלופי שבו המאוזנ"ר: הקרנת עוצמה, הקרנת עושר, מיסתורין. בגלל אופי המקום אין אפשרות להשתמש במין כמאוזנ"ר. אני מפתח מאוזנ"מ (לידיה או סוניון). אני מנסה לפתח פרסום כמאוזנ"ר. יש לי תגובות כמו במצבי פחד גרעיניות ולא מרוצה: כשאומרים לי מה לעשות או קובעים לי פגישות, כשמנסים להפוך אותי "לאחת מהחבר'ה".
ייתכן שהתקפי הכעס מובילים לימים של עשייה, אובדן, פירוק.

החלטות נשמרות עלתיד:

(1) ישראל אינה בנויה להתפקד לפי כמנ"פ. השיקולים (הקהלים) שונים מאוד הם דיספוזיציות שונות (עקרוניות) ולכן לא תואמים אומתים. הם אינם מופנים כלפי אובייקטים/מצבים חיצוניים אלא כלפי מנוע"ר ומנוע"א וכלפי המחבר העקרוני. העבר. אין מתקשר את פגמים נסתרה פער הערכיות לכשר אין היה נכון. הקיצור: אין מתאשר למנ"פ שחדל.

← מייד לא התשובה בטחון כבלבד: להחזיר את כל תבונת הבית למקדוניה ולהפסיק עבודות ביטחון

← לסיים הסכסוך לא הוק מצרי בפשרה כדי להפשר המשבר אך מינימום (פרסום הספר, הפסקת התקשורת, משפחה, חברים) – לכן קריטי. ישראל אינה מנ"פ.

(2) במקדוניה יש להכיל את המנ"פ כדי להפשר מחבר עקרוני:

← להתנות של מנוע"א, לווסת התנגדויה ולהגיע להפסקת מנוע"א

← לסדר בית לא התבונה מישראל

← להקפיד על: מסגרת לעבודה מסודרת וסביב-עריב (שעות לעבודה, תבונות לעבודה)

← להמנע מתגובות כעס בעת פערי ערכיות. מה פוגע ביכולת יצירת מנ"פ.

← לדחות, ככל הניתן, את פתרון הקונפליקט באומצעות מסיבת היסק-ססס: להמנע מיידום אובדן, בדישה, פירוק, מרד והרס באומצעים שונים. הדיקה להמנע מהתקפי כעס ומאמצעיב פסיכים.

מקדוניה

בית	העברת תבונה (לא בטחון כבלבד)
אושה	לספקת מנוע"א
לספקים	מסגרת לעבודה מסודרת, הגעות מהרס, כעס והפליים.

ישראל

מנ"פ מבוטל	פשרה לא מצרים
סו"ב מצמצמת	

רשלנויות בהשגת מנ"ב: תהליכי המיצרה ויאגודן המנ"ב

הלוה מוותרת (21/11/96): הפיצוי הערכיותי באומצעות מנוע"ר גורם באובדן שליטה בעת תקופה ממושכת של העדר המומנט המייצב של מנוע"א. הקדרת לושר גורמת להתנהגויות שכוון לקח כיסוי כספי, למשל. זה מחלק אובדני והרבה-טקסט שלו: "אם אושה כסף, ההתנהגות יכוסו וגם לכן-מאילכו הכל אבוד". כשלון בהשגת מנוע"א מוביל לכני השלמות המחבר העקרוני ולסלסלה (LOOP) של פיצוי ערכיותי. למנוע"א יש לכן רק פונקציית "צוב אלא גם פונקציית משוב (שמובילה לייצוב). העדר הפונקציה הזו (המשוב) גורמת להפרעה בפיצוי הערכיותי לאובדן ולדיספוריה של אובדן. דוגמאות נוספות: מין כמנוע"ר. כיום יש התמכרות למין ואף מעשים מסוכנים (המלקה, לכן מוסריים (ריבוי בנות זוג: "מוונגאמיות") ואובדניים (מצבי שווא והבטחות שסירמות נבק למנוע"א). עם ההקרבה מיסתורין כמנוע"ר יש פסיכוט לא הסכנה (אני מרגש, פונשל אובדני). לכן, בהעדר מנוע"א אני יותר "פעיל", "אנרגטי", "מבריק", "מדהים". אין לי משוב מייצב ממנוע"א. המחבר העקרוני לכן מושלם. הפיצוי הערכיותי פועל. לכן הפסקה כדי לפצור מנוע"ר בכל מחיר, גם במחיר של סכנה, הצלחה עצמי ואובדניות. אין ויסות של כמות המנוע"ר הקומפטימלית (= אני צריך "להוכיח לעצמי" כל הזמן במספר הערכיותיות אפסי): זה יתודה משוב ביולוגי - נוירוהורמונלי. התוצאה: אובדן ודיספוריה של אובדן.

בין פער הערכיותיות לפיצוי הערכיותי קיים חוק כמים שלובים חד-כיווני: פער ערכיותיות גדול - פיצוי ערכיותי גדול - מופעל. משוב המנוע"א שמווסת את כמות הפיצוי הערכיותי (וויסות על פי עקרון המצוק בניאוטרה הספירותים) - פער הערכיותיות יורד. המנוע"א, אם כך [מודד כאן] - הפער בין הפיצוי הערכיותי לפער הערכיותיות. המנוע"א מודד כל הזמן מה מצב פער הערכיותיות. הוא מפסיק את הפיצוי הערכיותי כשפער הערכיותיות נמוך. הוא מפעיל את הפרטוקול הצובבר במקרה הצורך (למנוע אובדן), כשפער הערכיותיות גבוה ואילו הפיצוי הערכיותי נמוך.

סיכום תפקידי המנוע"א: כשפער הערכיותיות גבוה - הפעלת הפרטוקול הצובבה. והפיצוי הערכיותי - כשפער הערכיותיות נמוך - ויסות הפיצוי הערכיותי עד להפסקתו.

בהעדר מנוע"א יופעל הפיצוי הערכיותי ללא הפסקה, גם בהעדר פער ערכיותיות ויחולל אובדן שליטה ערכיותי ואובדן.

במקרים אחרים, ובשני מצבים אלו צפוי לסובל (ולפעמים, בכל המצבים):

(א) כשאין מאונ"א, אין משוב מ"צב, יש התפתחות בפיצוי הגרנדיוזי. אובדן עליה גרנדיוזי שמוביל לאובדן

(ב) כשיש מאונ"א, עם הפעלת מסיבת התקף-פאניקה והשוואה.

אין לשכוח שהפיצוי הגרנדיוזי בין השאר שימוש מופרז בהפרעות התגובה. הדבר מאונ"א גורם גם לשימוש מופרז בהפרעות התגובה (הכחשת המציאות, ...מציאות, הזדהות, שינוי מקום, פנטזיות ופיתוח מנ"פ) וגם לשימוש מופרז בפיצוי הגרנדיוזי (במאונ"ר מסוג הקדנות לעושר, מין, מיסתורין ופרסום).

אבל השימוש המופרז בפיצוי הגרנדיוזי פוגם ביכולת השגת המאונ"ר בשני אופנים:

(א) "סף הגירוי" של המאונ"ר עולה - מה שפעם הוכר כמאונ"ר, כבר לא יהיה כזה (בדומה לשימוש בסמים). יש צורך בגירויים חזקים ורבים ומתמשכים כדי להגיע לסוג "תחושת מאונ"ר".

(ב) תגובת הסביבה תסכל השגת מאונ"ר. שימוש מופרז במין, למשל, יגרום להתרחקות נשים והפרעות לתפקוד. כיסוי תגרום לפיתוח מקדמות הפצה בכספים, כמו בעקים. גם השימוש התגובה מסכל השגת מאונ"ר מסוימים (מין, פרסום). מאונ"ר אלה הופכים לדיספונקציונליים (ר' בהמשך). למיעתם יורדת והופכת לנמוכה.

כך, מתפתח מעגל קסמים: הצורך הפונקציות ויציבה ומשוב של מאונ"א מוביל לשימוש מופרז בהפרעות התגובה ולפיצוי גרנדיוזי מופרז ובלתי פוסק. זה מעלה את סף הגירוי של המאונ"ר ופוגמים ביכולות השגתם עד כדי סיכול מלא. מתפתח אובדן עליה גרנדיוזי שמוביל לאובדן ולדיספוריה של אובדן - מה שעוד מחזק את הפיצוי הגרנדיוזי במסגרת המחזור הנרקיסיסטי. האובדן, במקרה זה, הוא לא רק של אובייקטים - אלא גם של מאו"ג.

אובדן הסטייה מודד [המאורה (MALIGNANO) של הרגלים להשגת המאונ"ר]:

הקדנות לעוצמה מותאמת להתקפי זעם והשפלות שמופנות כלפי יחידים בסביבתי ובאומצתם גם כלפי קבוצות אוכלוסיה (גזענות, מיזוגניה)

הקדנות לעושר מותאמת להתנהגות בלתי מבוקר (המלווה בתחושות רעות)

פרסום מושג - רובו כרוכה - באומצלות שקרים והונאות

או למיעוטם הנמוכה

המאורות הגומצלים הופכת מאו"ג לדיספונקציונליים - כלומר, במקום לסייע בהתמצבות פער הגרנדיוזיות, הם מחריפים אותו. עליית סף הגירוי גורמת ל-"טיפוס במדרג המאו"ג". יש מאו"ג שכבר אינם ממלאים את תפקיד הפיצוי הגרנדיוזי וסגירת הפער הגרנדיוזי. אלה מאו"ג נופונקציונליים. אין די בהם כדי לסגור את פער הגרנדיוזיות בשל עליית סף הגירוי. (תשואות או נמוכה)

התגובות למאו"ג הם - (או) - פונקציונליים שונות:

אובדן עניין - במקרה של מאו"ג נופונקציונליים. יורגש כשעמום. דוגמאות: תחביבים, הישגים, ספורט, סיפור.
כה חזק מהפרעות התגובה לאובדן.

זעם - במקרה של מאו"ג דיספונקציונליים ועצות בשל תחושת פער הגרנדיוזיות הגדל למרות כל המאמצים, תחושה של חוסר אונים ובשלב הדיספוריות.

למשל: קושי בהשגת מין יחמיר את פער הגרנדיוזיות. הפתרון: ויתור דיספוני על מין וניסיון להתייחס לויתור עצמו כמאו"ג (הקדנות לעוצמה). פתרון הפרעות תגובה לפגיעה נרקיסיסטית. יחד איתו מתפתחות שתי הדיספוריות (אובדן ומחסור).

תגובות זעם לכשלון הניסיונות, כשלון התגובה למאו"ג, הפגיעה הנרקיסיסטית והדיספוריות.

במקרה של אובדן עליה גרנדיוזי האובדן כפול: גם אובדן של אובייקטים וגם אובדן של מאו"ג אשר הופכים לנופונקציונליים או לדיספונקציונליים. התגובות: אובדן עניין (אדישות) והתקפי זעם.

יש להבחין, אם כן, בין זעם שהוא תגובה לאובדן מאו"ג (למאו"ג דיספונקציונלי) ולהתרחבות פער הגרנדיוזיות לבין זעם שהוא המאורה של הקדנות לעוצמה כמאו"ר (המלווה בהשפלת יחידים וקבוצות).

אובדן המאו"ג (אי הפיכתם לבדים - או לא-פונקציונליים) מתייחס גם למאו"ר (ר' לעיל) וגם למאו"א.

במקרה של מאו"א יהיה אובדן הסטייה הגרנדיוזי והמאורה להפרעות בהסקת המאו"א והמסלול אינו המאו"א והשגתו: פגיעה באופציות למשיכה מינית (בשל דיספונקציונליזציה של מאו"ר), באומצלי ההתעלמות ובשימוש בהם (בשל אי-פונקציונליזציה של המאו"א עצמו) והפסקת המאו"א.

למעשה, יש עלייה של סף הגירוי שגורמת ל-"טיפוס במדרג המאו"א". זה מתבטא ב-"ניידות המהירה המחזורית" של המאו"א. המאו"א יהפכים לנופונקציונליים ואנו מאוהב בהם לעין ומפנה כלפיהם תוקפנות והתנהגות תוקפנית במסגרת ניסיון למלא נטישה, פירוק ואובדן מהירים כדי לחזור למאו"א הבא. [זו המאורה של הפסקת המאו"א].

ארבעה חודשים לאחר השחרור

שני תהליכים מתחוללים בו בזמן: מרווח FEGO מצומצמת חווית מנ"פ ומחזור ברקיסטי מאמיר שבו יש תנודתיות,
אובדן שליטה והמאורה תהלך המאו"ל.
אובדן השליטה הרגשית, המאורה הנוצלים להשגת המאו"ר והמאורה לסקרת המאונ"א המאבק לגיבוש מהירות המחזור
הברקיסטי. אובדן השליטה הרגשי מתבטא גם בשימוש המופרז בפיצוי הרגשי והפרטאור המצומצם,
גם בהמאורה הנוצלים להשגת המאו"ר, גם בהמאורה לסקרת המאונ"א וגם בגיבוש מהירות המחזור
הברקיסטי. כך, לסקרת מאונ"א אחת רודפת את רעותה (יעקב אובדן בסקרת המאונ"א עם סובמן וסקרת מאונ"א עם עדיה).
אולם כדי לסיים את לסקאות המאונ"א ולהגיע לאובדן, פירוק ונטישה יש צורך בהפעלה מתמדת
של אומ"ר בנומצלות מסיבת היצוף-פתסו (דפוסיטיביציה רגשית - כלפי חברים שנשארו בישיבה, הלבר עלי,
המשפחה, הספר, חפצי").

פרשנות: אובדן השליטה הרגשי נבע מתוחם סיבות בציקור מקרים נביר וחמור.
ראשית, התחלה סדירה מוחלטת של אובדנים שהובילה לפגיעה ברקיסטית ולהוצאות פער ברגשיות רחב.
פער ברגשיות כזה פוגע בחוסן של FEGO ומעורר את SEGO לפעולה נגד הקונטרקט.
שנית, המנ"פ בישראל התפורר. מרווח ה-FEGO נפגע, היה כשלון ביצוב המנ"פ כדי אובדנו.
שלישית, הנוצלים להשגת המאו"ר (שאומרים לייצב את המנ"פ) נכשלו בשל סיבות מתניות (למשל: היתר אמצעי
התקשורת מפוגם בילדות המאו"ר של פרסום) ובשל נסיבות אידיוסינקרטיות (מחסור בכסף לא השגר הקרבת
לוער ולוצמה). גם זה הרחיב את פער הרגשיות.
לבסוף, לא הצטברה לסקרת מאונ"א ואיפול מלא הגול שנצברה ממאונ"ר לא יוצבה. נוצרה תנודתיות חריפה והכיבה
הפוטנציה עוד הגדיל את פער הרגשיות.
המעבר למקדימה אפשר השגת מאו"ר בכמות שדי היה בה להרתיע לסבת מנ"פ. המנ"פ נבנה בהצלחה (פרסום,
כסף, הקרבת לוצמה, הקרבת לוער, מיסתורין) - אולם תנודתיות, בינתיים, אין די בה כדי לסלום את הסחרור במהירות.

המחזור הברקיסטי ואת תהליכי אובדן השליטה והמאורה. הנומא"ר (בנומצלות מסיבת היצוף-פתסו) בפעולה מתמדת,
הנוצלים להשגת מאו"ר מומארים, לסקאות המאונ"א מומארות.
יש אופנקציונליזציה ודיספונקציונליזציה של מאו"ל ונוצר "היסט פונקציונליות" = מעבר ממאו"ל פונקציונליים ודיספונקציונליים
לבעולה שעדיין מספקים או"ל (היסט אנכי) והעברת המיון והתוצאה של מאו"ל בתקווה להפוך אותם כך בחזרה
לפונקציונליים (היסט אופקי).

היסט האנכי הוא חלק מאובדן השליטה - והיסט האופקי חלק מהמאורה.

מאו"ל שהפכו לדיספונקציונליים: מין ולפונקציונליים: בת זוג, חברים.
<u>היסט אנכי</u>: מעבר ממין להקרבת עוצמה, לוער ומיסתורין. מעבר מבת זוג וחברים לכסף, אירועים והישגים.
<u>היסט אופקי</u>: שימוש מוגבר בסמלי סטטוס, לתפוס ביוגרפי (שימוש מוגבר בתפרטואר התשובה), בעיקר לעשיית כסף ועל כתיבה.
היסטים מלווים בדיסוננסים שמטרתם יצירת או"ל בתהליך ההיסט (המעבר ממאו"ל למאו"ל והוויתורים על מאו"לים). אני אופיין
הפיכת ההיסט לצמו למאו"ל (דוגמה: המעבר ממין להקרבת לוער ההיסט ייתפס כביטוי להוצאת האנושיות, כהקרבת עוצמה-
כמה שאני חזק, אני מוותר על מין; כמה שאני מיוחד, אני אותו לא מסוגל לחיות בלי מין|חברים|בת-זוג). זה הפרטואר התשובה לשינוים המאו"ל.
כשהדיסוננס נכשל בתהליך ההיסט מתפתחת תשובה (אובדן לבין|או עצם) ודיספוריה של אובדן, מסווה, לשומר-מכון,
הדיספוריה של מחסור.

המשגון, אם כך, הוא: דיספונקציונליזציה|אופונקציונליזציה של מאו"ל ← אובדן המאו"ל ← היסטים (אנכי ואופקי) ←
דיסוננסים שמטרתם התמורת ההיסט למאו"ל או יצירת או"ל בתהליך ההיסט / ← כשלון הדיסוננסים ← דיספוריה של
אובדן + תשובה (אובדן לבין|עצם) ← דיספוריה של מחסור ← דיספונקציונליזציה|אופונקציונליזציה של מאו"ל ←
אובדן המאו"ל שנועם ספציפיים למחסור ← היסטים (אנכי ואופקי) ← פתרון הדיספוריות (אובדן ומחסור) ע"י השבת
המאו"ל הקודמים על כנם.

מכאן שהדיספוריות הן "מתגי הרירה" (מרחבה) בין מאו"לים בתוך "התקורות המאו"ל" בתהליך הרירה המצבצב בנומצלות
היסטים מסוגים שונים. יש "מחזור המאו"ל" (חבורות) בשהמאו"לים מתחלפים בתפקידים: בכל פעם - וסוג תשובה ספציפית

לדיספוריות - הופך חסך מוחש לפונקציונלי וחוסך מגובה את הפונקציונליות שלו, במסגרת חבורה פגיעה מול חבות בעולם.

[המחזור הנרקיסיסטי הוא תגובה ספציפית לדיספוריות ספציפיות היוצרות פגם גרנדיוזיות.
ספציפי הממ"ב פיצוי גרנדיוזי ספציפי - זה נעשה המחזור הנרקיסיסטי]

בחירת המגנ"ז היא תגובה לנושאי הזה - וגם פסילת מגנ"ז היא תגובה לנושאי הזה. הריסטים נשארים מתנשאי:
האם הנושאי נגרם ע"י טמיעת המגנ"ז - או ע"י הנו"ן (=התגמול הנרקיסיסטי או התשוקה הנרקיסיסטית המוחזק מהקשר
תבחותי/חברתי/כלכלי מסוים?

במילים אחרות: האם אין הפך במקדמיה לדיספונקציונלי כיוון שאינו תואם לי והגום בית כתג. הופכה לאופונקציונלית.
כיוון שתשוקה הנו"ן שלה במקדמונה כניחה (כלומר: במקדמיה מדריכים יותר מי שמקדין לוסר ולנצחה ומי שמכוונים
כסף מאמי שיש לו בית כתג)? התשובה טמונה בתשובה:

הדטרמיננטה בדיספונקציונליזציה של מגנ"ז: טמיעות המגנ"ז
הדטרמיננטה באופונקציונליזציה של מגנ"ז: תשוקות הנו"ן של המגנ"ז מחברה-תרבות מסוימת
(=במנ"פ): עמיק השורות הבאות לתיאור הממגנון בעמוד הקודם:

... ← דיספוריה של מחסור ← [המחזור הנרקיסיסטי] פגם גרנדיוזיות ← פיצוי גרנדיוזי [= נעשה
המחזור הנרקיסיסטי] ← בחינת טמיעות המגנ"ז ודיספונקציונליזציה של מגנ"ז + בחינת תשוקות הנו"ן במנ"פ
ואופונקציונליזציה של מגנ"ז ← אובדן המגנ"ז שאינם ספציפיים למחסור ← הריסטים (עצבי ואופק) והכלה
שהתקיימו מהחלפי הטמיעות והתשוקה ← פתרון הדיספוריות...

כלומר: המחזור הנרקיסיסטי לא יושלם (=לא יבטל את הדיספוריות) אם המגנ"ז שיפתרו את הדיספוריות הם
לא טמיעים (דיספונקציונליים) או תשוקות הנו"ן שלהם נמוכה במנ"פ (אופונקציונליים). במקרה כזה יישארו הדיספוריות
ועל כן ייתחוללו אובדן שליטה והמסורה.

__הערה__: יש הבחנה בין מין (מגנ"ז) ובית-כתג (מגנ"מ). לכן, המיניות שלי היא ← __גינקומסטיה__
את הכתג מסקייה. אולה שני מגנ"ז נחמדים!

[חבורה מוטה = כישלון בהשגת מגנ"מ] [התפוררות מנ"פ]
הדדר ייצוב/משוב או"ג

↓

פגם גרנדיוזיות

↓

השלכות: 1. הרטוריקה התגובה 2. הפיצוי הגרנדיוזי

↓

אובדן שליטה בגלל גוי: השלמת המחזור הנרקיסיסטי והמגמת מגנ"ז ומגנ"מ ← גידול במהירות הנו"ן (המחזור הנרקיסיסטי)

↓

עלייה של הגידור של מגנ"ז וסיכול השגת מגנ"ז ע"י הסביבה

← אובדן אובייקטים
← דיספוריה של אובדן
← מחסור באובייקטים
← דיספוריה של מחסור

↓

דיספונקציונליזציה ואופונקציונליזציה של מגנ"ז = אובדן מגנ"ז (חבורה S_0)

↓

הריסטים (עצבי ואופק) ת-S_0 ל-S_1 ($S_1 = S_0$ פחות הבלבלות, S_1 + הבלבלות S_0)

↓

[הרטוריקה התגובה] דיסוננס: התאמת הריסט לנו"ן. ודיסוננס: הפקת נו"ן מהריסט

↓

כישלון הדיסוננסים

↓

דיספוריה של אובדן S_0 (=מתג בדירת מגנ"ז).

↓

תגובות: אובדן לנין ו/או טעם

↓

דיספוריה של מחסור ב-S_0 (=מתג בדירת מגנ"מ)

↓

[המחזור הנרקיסיסטי: מתחיל] פגם גרנדיוזיות

↓

[נושאי המחזור הנרקיסיסטי]: פיצוי גרנדיוזי

↓ בחינת טמיעות המגנ"ז דיספונקציונליזציה של S_1
↓ בחינת תשוקות מגנ"ז במנ"פ אופונקציונליזציה של S_1

מחזור המגנ"ז

- אובדן מגנ"ז שאינם ספציפיים למחסור ב-S_1

↓

הריסטים (עצבי ואופק) בכפוף למבחני טמיעות ותשוקה
פתרון הדיספוריות (אובדן ומחסור) ע"י השבת S_0 על כנה

שיווי משקל והרמוניה ... פים של ... סגר, חזרה ... המחזור הנרקיסיסטי חוזר

הומיאוסטזיס, שיווי משקל וקבוע הנרקיסטי

באנקדוניה יש ירידה ניכרת בדחף המיני (לרבות האוטואירוטי). למרות הלחץ מצד החברתי אין תחושות בדידות, אין דיספוריה או אנהדוניה. למרות הלחץ בת-טש אין תחושות בדידות, דיספוריה או אנהדוניה.

המנ"פ מתפקד באופטימיות טוב בהירות. יש מאוג רגשיים - הקדמת עוצמה, הקדמת אושר, מיסתורין וכלת מתחיל פרסום. יש מאוג משניים - עסק, מסגרת, אירועים והישגים וכלת מתחיל לגרום כסף. פונקציית ה"יצוב, הויסות באמצעות משוב מתחילות לפעול. נראה שכשיש לי את כל זה - ההתעקדות שלי לאין, לחברים ולבת-טש פוחתת מאוד. המנגנון לאחר מאוג מסיימים לנוחיים כבר תקוה. נושא ההתמודדות עם מאוג לסוכן אוטי נרקיסטי (סמונג) כשיש מחסור במאונ"ר או משוב לקוי בשל היחדר מאונ"א.

המעבר מחבורה S_0 לחבורה S_1 מתבצע באמצעות סובלימציה משולבת בהיסוסים קונטינגנטיים. יש כאן החלבה של מושג הסובלימציה (ומיתי של ליבידו עם מאוג) - כל מנגנון המאופשר מעבר בין חבורות אוג. ההיסוסים באים למנוע קונפליקטים קונטינגנטיים ולמודד אגו-סינטוניות. כך כיום, יש סובלימציה של מין לפעילות לסקית ויצירתית מלווה בהיסוסים (הדחף המיני עדיין פחות ואינו לא באומות רוצה מין).

יש נטייה לשוויי משקל נרקיסטי הומיאוסטטי (הלמתי תלוי בסביבה). בקודת האיזון (שבה נוצר שוויי משקל) היא קבוע הנרקיסטי. בשוויי משקל יש אגו-סינטוניות, הדונה ואופוריה קלה לא לטה. החבורה או הוספת מאוג שכיון חסך מחבורת שווי המשקל מפרה אותו ומעוררת תגובות חרדה מפני אובדן שווי המשקל. ~~[illegible]~~ מתפתחת דפוס תגובה קלסיים לחרדה: אני נחות, טעם ונואמ"ר.

לדוגמאות: במצבי הדכאוני יש החבה מאונ"ר (שמשמשים לבניית מנ"פ). אין איזון בכלל בחבורת שווי המשקל והוא מעורר תגובות חרדה. כשיש לי בת-טש ועסקים אינם נכללים בחבורת שווי המשקל - הם יעוררו טעם ותיעלה. כשיש לי עסק, מסגרת וכסף - יעוררו חברים ובת טש תגובות של טעם, בחילה, רתיעה, תוקפנות מוסתרת (למשל, חשדנות). מתקיים כאן לקרובות של שקלות וחלופיות המסגרת אותה סוג מאוג: מאונ"ר - מאונ"ר ומאונ"א - מאונ"א.

אין יפריע לחבורת שווי משקל מאונ"רית שמשניות לתהליך הקדמות לאושר ולעצמה, מיסתורין (אוך לא פרסום). בת טש

תפריע לחבורות שווי משקל מאונ"איות שמטפלות לסקים, מסגרת, אירועים והישגים או רכוש, חברים (אוך לא כסף). בדרך כלל, תהיה חפיפה ניכרת בין S_0 ו-S_1 ולכן יהיה המעבר חלק וכמעט בלתי מורגש. רק מאוג אחד או שניים יעברו מחבורה יוצאת לחבורה נכנסת. אלה יהפכו למאונ"א מוצלחים. החבורה הנכנסת יישנה הסבות או שריד או תיקון שלהם (הצללות). תפקיד ההצללות לשמר זכר לחבורת המאוג היוצא ולהכשלתם בחבורה נכנסת חדשה שתבליל אותם. זה דמוע BLUEPRINT (תבנית).

דוגמאות: S_0 היא חבורה יוצאת ובה מין, הקדמת אושר, מיסתורין, פרסום. יש בה מאוג מוצלח של הקדמת עוצמה. S_1 היא חבורה נכנסת ובה הקדמת אושר, הקדמת עוצמה (הפך מהצללה לאחר החבורה), מיסתורין ופרסום. אין הפסק בחבורה S_1 למאוג מוצלח.

נסיון להתייחס למאוג מוצלח כאל מאוג פעיל ~~[illegible]~~ גורם לחבורת המאוג לסטות משווי המשקל הנרקיסטי ומעורר תגובות חרדה (טעם, תוקפנות, אי נחות, רתיעה, התנהגות תוקפנות) - והרחקה פעילה של המאוג המוצלח. הרחקה כזו תפסיק המעבר החלק לחבורת מאוג חדשה בטווח הזמן. שווי המשקל נפגע, אינסו, יותר מאוג נקודתית.

חמישה חודשים לאחר השחרור

הפלת המאוד מוגעים יצירתיות מכוונת רגשות ומודדים מאוד לפירותיות מכוונת ניתוח (אונליטית). במסגרת לסקת מאונ"א נעשה שימוש בווארקט לפירות אינטליה ואוניקלית (לידה הבו אופיים לתחושות ממש עם נשים אחרות). מתפתחת לסקת מאונ"א שגוטן מצדיה: פרופיל מאונ"א מלא, התנויות בגד נסליות, משיכה מינית עצה, הופעה ואמצעי התלויה. אני בשלב יצירת התלות זוב לפני לסקת המאונ"א לצמה משולבות בסים טוב בהלוות גופני ודתני ומאכות מדומה, כפית, השפך והתמודדות בת טש להשפעה מילוליות, סגנון דיבור, קביעות סדר יום והיטולה כבודם ולמאוי ומוצגת התליה (אין תרגבה).

פיתוח המנ"פ צבור הגייצב ומוצגים להשגת מאונ"ר (פרסום, הקדמת עוצמה, מיסתורין) מופלגים בהצלחה. גם מאונ"א אחרים מתפתחים בהצלחה (מבחינת משקלה הגשי). שיפוב של מנ"פ נבנה, מאונ"ר נצברים ומאונ"א כמיהם גרם להבהה לשווי משקל ולקביעת ערך הקבוע הנרקיסטי החדש. שווי המשקל עדין עדיר ותגישות היא דווקא בתחום המאונ"א המספקים פונקציית "יציב", אוירה, משוב וויסות. מתחיל שחזור הקונפליקט ומופעלת מסיכת "לא-פסל" (התנגדות משולבת הדיקוק של גאוות, הפחד שבלום של המאונ"א מוביל לקונפליקט, להסכות ולתוקפנות). אני מתמודד עם הקודמים אבל פוחד להתגר עליהם - סרון ואורדי ולהתעשש במצב נפשי תמיר, זה מוצג דיספוריה של מנ"פ.

עקרון חליפיות מקורות האספקה הנרקיסיסטיים - הסוגה מחדש

חבורת המג"ב היא רשימת כל מקורות האספקה הנרקיסיסטיים, הראשיים והמשניים, המשלבים והמובססים.
יש חבורה פעילה ויש חבורת צללים ושתיהן במסגרת חבורת המג"ב.
במסגרת כל חבורה יש תת חבורת המאנ"ר ותת חבורת המאנ"מ. בתוך כל תת-חבורה מתקיימים חוקי עקביות,
שימור והחליפיות שמטרתם לשמור על הקלט הנרקיסיסטי ועל שווי המשקל סביבו. יש יחס גומלין מורכב בין קיום [illegible]
קיום שווי המשקל. לא ניתן לתפוס את האחד בלי השני.
יש פער בין פעילות התת-חבורות.
לפעמים נוצרת חבורה מוטה (BIASED): כלומר יש יותר מאנ"ר ואין כמעט מאנ"מ, או להיפך. כתוצאה, התגובות
הן: הפלגות, אובדן שליטה והגאווה, גידול באמירות האג"ו, אובדנים ומחסורים אובייקטיביים, מחסור האסוג"ב; רסטים ופתרון
הדיספוריות תוך יצירת שווי משקל המנוטסט: סביב קלט נרקיסיסטי חדש.
בתוך החבורה המוטה מתפתח, לפעמים, תהליך שמטרתו לשמר את כל התגובות הרצויות. התהליך מופעל כדי לחסוך
האנרגיה נפשית במצבי דחק ולשמור על הקלט הנרקיסיסטי הישן (כמעין ליבידו פני). זה תהליך של ראייה עצמית: "סוג מחדש"
מאנ"מ מסווגים כמאנ"ר, בגלל השתנויות מצטמצם ויש "הפרטה ובוגרה חסך" (חסך מהתגובות קודמות בהפרטות:
הכחשת המציאות והתבודדות - תגובה לאובדן נכס של מאנ"ר (התרמית הפנימית לובדת רק באובדן חסך)...
מאנ"ר לשעבר לא יסווגו כמאנ"מ - כך שהתהליך הסיווג מחדש לא יופעל במקרה של חבורה מוטה מאנ"ר אלא רק במקרה
של חבורה מוטת מאנ"מ.

דיספוריה של מנ"פ

למרות התוצאות קלט נרקיסיסטי חדש, התוצאות הדרגתיות של מנ"פ ואיתור מאנ"א מתפקדים - יש 2 סוגי דיספוריה:
1) אינה דיספוריה של מחסור - כי אין די מחסור ולא דיספוריה של אובדן - כי לא חוויתי אובדן ספציפי.
2) דיספוריה של מנ"פ - תגובה מתמשכת לאובדן מנ"פ. הדיספוריה הזו אינה מוכסות מהפעלת הפרטור
התגובה, מיצירת מנ"פ חלופי, מאיתור מאנ"ר ומאנ"א ומיצירת קלט נרקיסיסטי חדש לשחרור מתחור מ"ו. היא תגובת
אבל וכמו נמשכת כמו זה זה שעלמת כל מות עהופעה. הדיספוריה מתמקדת בהיסטוריה של המנ"פ (פיזית:

מבנים, נופים), באירועים במנ"פ, באנשים במנ"פ, בשחזור המג"ב במנ"פ, בגעגועים לנורמליות המדומה במנ"פ, בהתנסות
עצמית ("יחוס אובדן המנ"פ לכשלונות אישיים אישיים), בהתעלמות הדרכים לשחזור המנ"פ (תוך תגובות בהלה
מהמחיר הנפשי הכרוך בכך). הדיספוריה אינה יציבה ועשויה להתחלף בתגובה דיכאונית.
דיספוריית מנ"פ דומה מאוד לנוסטלגיה אך לסתם געגועים אלו שאקרונולוגיה פתולוגיים: הגעגועים אינם לחוויות חיצוניות
הקיימות כשלעצמן אלא לאספקה הנרקיסיסטית שסיפקה חוויות אלו.
לדיספוריית המנ"פ פונקציה אנטי-סיפטורית: התבוררות שכל לשוני עקרות את למנ"פ החדש ולמנוע יצירת מסיכת הפלג-פלט
תוך הפעלת אמא"ר. תמורה אוטרכה: כל מנ"פ (לתת המאונ"ר והמאנ"א שבו) הוא תולדה ולכן: (א) לא כדאי להקשר
אליו רגשית (אמא"ר, מסיכת יפה-פלגו) (ב) יש לחיות מוכן תמיד לעזוב למנ"פ הבא, ...
כל הדיספוריות מאופיינות אמביוולנטיות: תנודה בין מנ"פים (=מתגי מאנ"ב), תנועה בין מנ"פים, הפרטור התגובה.
הדיספוריות אצל הנרקיסיסט הן אומדות הפסיכו-דינמיקה. הנרקיסיסט נוטן מבחן של תחכים, אובדן ומחסור והדיספוריות
שנבעות מהם. כאות לאומת פסיכודינמיקה הנעלמת מנסס ומאמן (אהבה, למטע) אצל אנשים "בריאים".

ששה חודשים לאחר השחרור

בניית המנ"פ הסתיימה בהצלחה ויש לא קבוצה מאונ"ר ומאנ"א קבועים. אך התלות בג"ב היו ברמה של התמכרות ואיום -
בשלילת אחד ממקורות הא"ב מוביל לדיספוריה ולהגברת התלות במאנ"א: הגברת התלות נחווית כהתמכרות הרגש. לם
הסרת האיום - חוויתי את הגבירה בתלות במאנ"א כאובדן רגש ושליטה: לכוחי מכן תחדתי לשווי המשקל.
להפרוטאור אומצתי התכלית המאנ"א עכשיו: יצירת אני בטחון. הצורך בטחון מתורגם תלות שנבעת מפחד נטישה. הצורך בטחון בכל
המישורים: מיני (באומנבות לחד קבועה), רגשי (הבעת כפות ודרישות הסדר אופטימיות, תשואה, האהבות אוהבה, הספקה
על ידי כאינור אובייקטיבי, פיהוי לא קבוצת אנשים נתונה), קיומי (יצירת אני ודאות ביחס למאבק ובחותי, לפרותי, לפואס",
לסביבה שבה אני נמצא, למצבי הכבכבי, לשלבי) והפסוקי (מיוב הכרש של תוכניות, הפתעות). המאנ"א מגיע בחשש,
רבאון, רצון לטטוש מול חוסר יכולת לטוס (קונפליקט). אומצתי התכלית הבה הוא תוצר האינטראקציה בין ההכרח
מאיתור מאנ"א לבין מסכת הבלפ-פלגו ונמנעת עי יצירה לכל מילה רגשית. המאנ"א חש רווחה מדומה כמתקופקיט

נפתר מאשמה ובושה - ומתמכר לתחושת הרוממות הזו. ומאחר והתכלית מותנית לאונ"מ בגלל פרופיל פסיכולוגי של
תקלות מטריטוריה. בכסף, אני התחושה כמעט אופוריה: אני שוגר ידע, מוצלח ביו, שולט במצב הולך וגדל ומתמתח,
מוצב ע"י שני מקורות מאונ"א (לסק ולתדיה) ועם כלפי לסיפור בכל המיסורים הנעלה. אני מסיג את ע"י נסיונות היבעלותי
לשטר ידע ולהשתמש בו. יותר ומרכזה - שתי פונקציות שמניבות מקסימום אונ"ע שהתואם (קומפטיביליות) את המסיכה
(הפעלה כרגע). אני במצב של תאוומות גבוהה (קוהרנטיות נרקיסטית): כל הקונסטרוקטים קומפטיביליים.
האונ"ע מתיישב עם המסיכה שמתאימות לאונ"א ספציפי וכן הלאה.

משתנה
במקרה של תאוומות גבוהה (למשל, מ"פ מספקת התפעלות) יש חפיפות מלאה בין האונ"ע לאונ"א. למעשה, [illegible]
ההבחנה בין סוגי האונ'. גם אונ"ר מתבטל - עובר השימוש באונ"א להשגת פיצוי (ה"רגש" מתפזר ומתעוררות
מחשבות לגבי קיומו (האונ"א) וכשעוסק אונ"ר - פוחת השימוש באונ"א (קר רגשי ומיני, רצון לא להיות בזוגיות).
במובן הזה מתבטלת ההבחנה בין סוגי האונ'. בכל מקרה, הנטייה (PROPENSITY) והתלות רבה לאונ"ר.
תמיד כשיהיו אונ"ר טמונים תפחת ההזדקקות לאונ"א - אבל אף פעם כשיהיו אונ"א טמונים לא יפחת הצורך באונ"ר.
במקרה של תאוומות נמוכה (פער גרנדיוזיות גבוה, מלחמה בין הקונסטרוקטים, הליצות של הפרט/עצירות התשובה רפרנציה)
-בעיקר כשיש מעט אונ"ר - יש רצון "להסליט את הפער" ע"י במצב האונ"א. נשמר יחס קבוע בין אונ"ר
לאונ"א (RATIO). תאוומות נמוכה גורמת להגבלת האונ"א (בת זוג, עסק, חבריה, כסף ולבסוף גם רכוש) -
ותאוומות גבוהה גורמת של חלופיות אוסימטריות (ASYMMETRIC COMPENSATORY INTERCH'): כשמופחתים אונ"ר -
גובר שימוש מופרז באונ"א אבל כשיש אונ"א - לא נופחת באונ"ר.

<u>סיכום</u>: עקרון החלופיות הסימטרית פחות אונ"א - יותר אונ"ר
פחות אונ"ר - יותר אונ"א
עקרון החלופיות האוסימטרית יותר אונ"ר - פחות אונ"א
יותר אונ"א - לא פחות אונ"ר = אוסימטריה

(עקרונות הפיצוי הנרקיסטי)

בכל המצבים תתעורר תגובת חרדה (ANXIETY) מפני התאוות. חרדה, בניגוד למוסכם, היא אובייקטיבית:
היא פחד אבל מאובייקט במיקום אקסוגני!

נספח: הנרקיסיסט כפושע

הפושע הנבון

<u>זוגיות</u>

האישה: קדושה או קדשה
האישה המושיעה (מבוססת, מבוקרת, שומרת על הבית, מאוחדת)
קונפורמיות, מסורתיות, בלי הורגעות (מוסר המשפחה כסמל לצפיות ולתקווה)
בגידה במאוסר (פיונים מהצד, גירושין)
הפצת תצלומי עירום
תחליפי נשיות: נערות ליווי, חברות
טיבוע הבטחון העצמי
היפוך התפקידים (הן מפיינות טוורתן) - ביאור האישה חסר הינשא

<u>הפושע בעל הפרעת האישיות</u>

1. חשיבה מאגית
2. גרנדיוזיות, מיוחדות, אומניפוטנטיות, חסינות
3. מבחור רגשי ושימוש בתחליפי רגש (ריגושים) - רגש פנימי מבטל לרגש חיצוני
4. התנוויות בריגע היצור (סינגולריות): טקסוסים, מיקרופיזיקות פסיכוטיות
5. התמכרות (כסף, מתח)
6. מרד: גון קונפורמיזם מוביל לתאוות מרוגה של סולם הלרכים הקונפורמי
7. בטחון עצמי ותפיסת המאסר כהשתלמות מקצועית וכתקופה להפקת לקחים - גידוד התחושת החסינות
8. שותפות גורל וסימביוזה בין מרמה למרומה

ט. העבירה כדרך חיים (שלב חיבוני טקסי, הקניית משמעות)

הקרימינליזציה של התנהגויות מסוימות

(רופאים, פסיכולוגים)

1. שאלת ההסכמה והאושר המסכים
2. הקונספציה של מקצועות שבהם מתבצעת העברת שליטה ומתן אמון
3. רכיב האמון

הפושע כנרקיסיסט

ר' בחצי השני של המחברת

הענישה

1. הטיפול המיסטי בפושעים: אסימטריה בין מעשה ותגובה (=ענישה):

א. קץ הזמן והריקמה החברתית

ב. חיים בהווה, העלמות ממדי העבר והעתיד

ג. אינטימיות כפויה ודגמי משפחתיות מוחבאת

ד. דה-פרסונליזציה ודה-הומניזציה

ה. אובדן מסכות, פוזות וזיופים

2. טישת "המוצגים" (הרגע המאבד).
3. קונפליקט בין מודלים מסמלים (מודרנה המנספט) לבין מודלים קונקרטיים (המודרנה הפוסטית)
4. הריבוד במוסר הכוללני ועצבי "המוסר" בתוכו (הבלווריון הפלאן)
5. חשבון הנפש מוביל להסלמת ההתנהגות העבריינית או לגילוי מהות "אמיתית" ושינוי בראשיתי (התפתחות, התבגרות).

(המשך) אם מחייבת הנפשות המאו"ן והמטרה (אוני לפין-אוהב תחתון, חכם-טיפש, מנוסה-לא מנוסה, יפה-פחות יפה, מחונך-לא, משכיל-בור וכו'). אזהם איפול זה יוצר שתי תלויות: (א) תגובות המאו"ן - מרידות קטנות של המאו"ן כנגד דימוי המתמיד. נטישת המאו"ן (בירוד מאו"נא) הופך מרד במאמדים גדולים יותר. מכאן עולה שהנרקיסיסט מעודד את תגובות המרידה כדרך להבטחת הנטישה ולהיצירת סביבה הולמת לאומאו"ר, סביבה שתבטיח מינימום אנרגיה.

(ב) פרדוקס: אם המאו"ן חסר: ערך גם המאו"ן חסרת ערך! הנרקיסיסט יוצר דיכוטומיה (שמטרתה פתרון הבעיה): המאו"ן מוסתייכים לקבוצה שראויה להערכה, לאהוב ולהנספה. אותם הפרטים הספציפיים שהנרקיסיסט בחר מובדלים ומשובחים מהקהל הכללי שממנו באו. כך פותר הנרקיסיסט שתי תלויות: את הפרדוקס וכן מחמיא לעצמו על בחירתו (מאו"ן).

דוגמא: הנרקיסיסט מיזגן ושואף להסכל נשים וכך להתקין תוקפנות מותמרת. רק האשה שהיא מאו"נא מאוהבת את "נשותה". הנרקיסיסט ישתמש בהלבה קיימת כאמצעי להסכל נשים אחרות - אולם הכך ישלל ממנה את נשיותה ויהפוך אותה לילדה, למלאך, או לנפחת מין. בשני המקרים הראשונים (ילדה, מלאך) יתקשה הנרקיסיסט לקיים איתה יחסי מין (כי את התמונה התמה שהיא אינה אשה ככל הנשים). במקרה האחרון (נפחת מין) יתקשה הנרקיסיסט לקיים מגע עם כל אחמוט אחר על נשיותה למט מיניותה (הרפגיות). מדרכים אלו יכתיש (ינטרל) חלקים כה גדולים של נשיותה עד שתפשוט להיות חפץ (א-מיני: NON GENDER) שתפקידו אנ"ל, "צובה ומשירתה. התה נוספת: מוכרח להיות פער בין מה שהמאו"נא באמת לבין דימוי הפני הנרקיסיסט. הפער הזה אינו נהל מאוהבה צורת. מטרתו לקודד הכסלת נשי ("איך היא נמצאו עם האשה המכוערת והטיפשה הזו ולא אותי?") ולשמר את איכותה של האשה כמאו"ן ("יתכן שהיא אשה מכוערת וטיפשה - אולם יש לה יכולת חשיבה פסיכולוגית/תובנות מבפנים/כשרון אומנותי/חום רגשי/יכולת לחוות וכו'). הנרקיסיסט לא יוכל לחיות עם מי שסומה לו בכישוריה והתבונתיה: יכולתה להסכל נשים אחרות תפגע ממנו והיא

תאר בו חרדות שההרגשה שלו לא אופטימית ("היא יכולה להיות עם מי שהיא רוצה - אז למה שתבחר אותי?").
הנרקיסיסט חשוב מאוד שינויים תמיד על התכלית היום - יום. הוא שם בסתר - עולה. הכל פעם נסיון עליות, היום מחר,
שיחות בלתי סקוי, או חובה יומיומית - הנרקיסיסט מחבק "הספקות אחרות". הקרובים לו נושאים שלו נשאו לה,
שלו. התרגום המוגד, שלו מנה, שלו התחיל שהוא. לסוף בנושאים חשובים פי כמה, שלו הכבונות חיון.
סקלים יותר ולחסרי מכשולים (שהיו לו ליקר תפקידם). את התוקפנות כלפיהם הוא מנסה להתמיד מפני שהם:
יודע שאין לו לכבות את - הנה לחרוס את הדברים הטובה - אבל הנושא שבר הוא להיות תוקפני כלפי עצמו.
את זה הוא לא יכול לעשות: זה מסכן את שיווי המשקל השברירי שהגיע לבנות.
אני פוחד להביע מצוקה (פוחד לטעות בהגשותי, או להוגיות אחרת) - לכן אני יוצר מצבי מצוקה או מגביר ומקצין
מצבי מצוקה חיצוניים. אני מתקשר מצוקה פנימית לי שסובלת טובל האבוא תוך שימוש במצבי מצוקה חיצוניים.

לאחר שחרור ממאסר בלבד!

תרופות

(לקחת עם אנטיהקאה להמנע מהקאה)

*1) AMYTAL בטבליות 200 MG מינון מירבי: 1000 מ"ג, ריכוז קטלני מעל 50 מק"ג/מ"ל

2) HYPNODORM ו- ROHYNOL בטבליות 2 מ"ג מנה מירבית: 4 מ"ג

3) MOGADON ו- NUMBON בטבליות 5 מ"ג מנה מירבית: 60 מ"ג — לא חזק מספיק!

*4) PRODORMOL בטבליות 100 מ"ג. ריכוז מעל 30 מק"ג/מ"ל גורם מוות. מנה מירבית: 200 מ"ג.. מומלץ!

5) LUMINAL טבליות 15 מ"ג ו- 100 מ"ג } ריכוז מעל 80 מק"ג/מ"ל - מוות. מנה מירבית: 600 מ"ג.
PHENOBARBITONE טבליות 15 ו-100 מ"ג

6) SERVIUM טבליות 10 מ"ג
NOVOPOXIDE כמוסות 5 מ"ג
DISOPOXIDE טבליות 10,5 מ"ג
} מנה מירבית: 300 מ"ג

7) ASSIVAL טבליות 10,5,2 מ"ג
VALIUM טבליות 10,5,2 מ"ג
} לא יותר מ-40 מ"ג

אפשרויות:

1) אתר באינטרנט ובו מספר פרקים - כל המלון ירכוש האוצר ספר הכריכה קשה (טוניק)
2) אתר באינטרנט ובו כל הספר - פתוח לשימוש ללא מחיר, אפשרות לשימוש מסחרי עם קופירייט
3) אתר באינטרנט ובו כל הספר - כניסה רק בתשלום (או עם מילת מעבר)
גישה למיילים ולכל המושלם (כניסה חד או רב פעמית). פרסום מאסיבי באינטרנט.
4) רישום בספריית הקונגרס ומשלוח EMAIL לספריות, מחלקות פסיכולוגיה - קבלת עותק חינם או בתשלום סמלי



הערות למפת הנפש

1. השפעת העבר

העבר עצמו כבר ואין בכוחו להשפיע עוד בשום אופן.
ניתן רק ללמוד ממנו ולהסיק ממנו לקחים. אפילו אלה יהיו מוגבלים בגלל הנסיבות המיוחדות שבהן נוצרו.
העבר מת וניתן רק לנתח את הגופה – אך לא להחיותה.
יש לנהוג כאן באמת: להתנהל פרק זמן הוגן, להדחיק, לשכוח.
אין, בשום אופן, להניח לעבר להשפיע על ההווה או על העתיד.
אגב: הקשר היחיד בין העבר לעתיד: קשר זה מתקיים במוחנו.
העבר יכול להשפיע על ההווה, על העתיד רק באמצעותנו, באמצעות מוחנו.
מכאן שאנו שופטים כליל בשאלה: עד כמה ישפיעו עלינו מאורעות העבר – רגשית ושכלית, בהווה ובעתיד.

אם אני עצוב בגלל העבר כל מה שעליי לעשות הוא לזכור שאני עצוב בגלל דימויים, בגלל דברים לא מציאותיים.
בהווה הכל נתון. הדברים נתונים אין להם שליטה או חיובי – רע, פשוט, נתונים. אנו מעניקים להם ערך שלילי
או חיובי באמצעות "יחוסם לעבר (שאינו קיים) או לעתיד (שאינו קיים).
אבל: העבר מת ואיננו. והעתיד עוד לא נולד.
אנו יודעים הכל על העבר ולכן אין משמעות (= אין להוסיף לו מידע שלא היה בו).
ואיננו יודעים כלום על העתיד ולכן אין משמעות (= אין לדעת כיצד יגיב מידע חדש עם מידע לא ידוע!).
כיוון שאין לנו ידע על העתיד – הרי שכינות ההחלטות שלנו, המוסקות בעתיד, לבהה.
במסקנה אחרות: כיוון שאיננו יודעים כלום על העתיד – כל החלטה שנקבל לגביו טובה כמו כל
החלטה אחרת. ההחלטות לגבי העתיד חסרות "ערך אמת" או "תועלת".

מבנה האתר

		נכתבה	באתר	HL
(HOME.doc)	INTRODUCTION	V		–
(CV.DOC)	[Hyperlink] CV	V		
(CONTENTS.DOC)	[Hyperlink] CONTENTS			
	[Hyperlink] E-MAIL			
(CPR.DOC)	COPYRIGHT	V		–
	COUNTER			
	[Hyperlinks] OTHER SITES			
(MSLA.DOC)	MALIGNANT SELF LOVE			
(BIBL.DOC)	BIBLIOGRAPHY			
	[Hyperlink] INDEX			
	INTERNAL SEARCH			
	SEARCH ENGINE			

SITE → SEARCH ENGINES
SITE → EMAIL/NEWSGROUPS

בסיכום: **כל החלטה שאינה מתייחסת להווה אינה "אמיתית" או "מועילה".**

עלינו לקבל רק החלטות הנוגעות להווה...

מובן, שנלמד מן העבר (נמנע בעתיד מתבניות התנהגות שלנו) ונשליך על העתיד - אך כל תכנון לטווח ארוך קבלת החלטות המתייחסות להווה בלבד.

עלינו להיות עצמנו כאילו נולדנו הבוקר, רגע ולעשות "רשימת מלאי": נכסים פיזיים, נכסים אנושיים, ידע נצבר (כולל לקחים מן העבר), קשרים וכו'. אח"כ: מה אנחנו רוצים מן העתיד הקרוב והרחוק ואח"כ לקבל החלטה בהווה, לפי ההווה. ההחלטה צריכה לכלול את לקחי העבר בדרך למטרה העתידית.



בכל "הווה" עלינו לתכנן מחדש העתיד, לאור השתנות הנתונים: לטווח קצר, בינוני וארוך (היעד). העתיד לטווח הארוך כמעט לא ישתנה אך התכנון לטווח הקצר ישתנה מאוד.

"אין לעבר קשר לעתיד - אלא באמצעותך
רק בידך לנתק קשר זה."

זמן \ כלים	רגשות	מנגנוני הגנה	חשיבה	הפקת לקחים	תכנון*
עבר	חסר תועלת (אין לשנות)	חסר תועלת (אין להשפיע)	חסר תועלת (אין לשנות)	מועיל (אם יישנו הנסיבות)	חסר תועלת (אין לשנות)
עתיד	מועיל (מוטיבציה)	חסר תועלת (אין להשפיע)	חסר תועלת (מחסור במידע)	חסר תועלת (לא אפשרי)	חסר תועלת* (מחסור במידע)
הווה	מועיל (מוטיבציה, סינון)	מועיל (הסתגלות יעילה)	מועיל (קבלת החלטות)	חסר תועלת (אין פרספקטיבה)	מועיל (מרכז הנתונים)
אמת	נמוך	נמוך	גבוהה	בינוני (אם יישנו הנסיבות)	נמוך-בינוני (תלוי בנסיבות)
תועלת	גבוהה	נמוכה	גבוהה	בינוני	בינוני

(*) יש להבדיל בין תכנון לטווח קצר (עתיד קצר), בינוני וארוך. השינוי בנתונים בהווה משנה את התכנון לטווח הקצר בתדירות ובתכיפות. ההשפעה פוחתת בטווח הבינוני. ה"תכנון" לטווח הארוך אינו תכנון אלא "יעד" ומשתנה לעתים נדירות.

מידע וחשיבה בהווה + הפקת לקחים מהעבר = תכנון לטווח קצר ובינוני בהפוך ליעד (תכנון לטווח ארוך).

משפטים לא נכונים: "אם עד עכשיו היה כך וכך (בעבר) - גם בעתיד יהיה כך וכך" - אין שום קשר בין העבר והעתיד א[illegible] תיצור קשר כזה.

"האירועים בעבר גורמים לי (רגשות כאלה וכאלה)" - רגשות נגרמים רק בהווה. אירועים ב[illegible] זה לכתוב הוא אירוע בהווה והוא נשלט על [illegible]

"האירועים בעבר מונעים ממני/מסייעים לי (לעשות כך: וכך)" - כיון שהחלטה לעשות משהו לא [illegible]

אגרת לעצמי

בימים אלה, באיחור של 15 שנה, אתה מתבגר.

היית נחוש כרה יוצאות דופן של אוהבנים ("עלמה" כמו שאני קראו לה) כדי לשבור ולפורר את קירות ההגנה המסויידות שבנית סביבך. אתה אדם מוכשר - על כן בנית חומות מבוצרות היטב, חלקלקות, קשות לטיפוס, נטמעות בסביבה, מרתיעות לך ומטילות קסם. כל מי שניסה להיות מעבר להן, כל מי שניסה לטפס עליהן וכל מי שתקף אותן חזיתית - יצא נזוק ויצא מחייך.

בתוך החומות האלו, הלכו חייך והצטמצמו. קרסת פנימה כמו לגן אדום זה שהפכת לחור שחור שאפילו קרן אור לא יצאה ממנו חטרה אל העולם. מילות המפתח בחייך הפכו להיות: הסתגרות, המנעות, התנתקות. גם בגיל השנים האחרונות ואת בגיל השנה האחרונה ואת הלכה עצמי ואתה הבנת שנעלמת ואיבדת הכל, שאין מה להפסיד ואין לך מה נשא או מדות או רכוש או כסף או מוניטין. הבנת שהחומות קרסו, הרי לפרק ולא נותר מהן דבר.

התחילה הרגשת שחרור ומבוהל והעקבת כמו שכל תינוק היה מגיב: בבכי. כי כך מה שהיית: תינוק הלומד את צעדיו הראשונים. הרגשת פיסית את הכאב המחריד של הלידה כשהגיע לחודש אחד במקום ל-10 שנים. זה כאב מגעיל.

עכשיו אתה אחרי ואתה יודע. אתה יודע שמה שחשוב הוא עצם הרגש ולא עוצמת הרגש.
אתה יודע שאין לך כוח השוואה כמו האהבה (גם לא תאוות הבצע).
אתה יודע שאתה קיים ושאתה מועיל ושאתה גדל בכל יום ביום אחד בעולם ולא עוד.
אתה נזכר שאתה בן 35 ואתה מאוד מאוד צעיר וחושב. אתה חושב "לבן" ואתה חושב "מבין"

ואתה יודע כבר שאין ודאויות, שמה שמשנה הוא מה שבפנים ולא מה שבחוץ.
אתה לומד, באיטיות, מאוד באיטיות לאהוב את עצמך, כמו שאתה. אתה מאוד כועס. אתה כועס
על השנים שאבדו ועל הכאבים שחווית ועל האימה שגרמה לך לכבות את התאוות.
במיוחד אתה כועס, שעכשיו, כאן ומתבטא את התאוות. אתה מסרב להמשיך להדחיק התשוקות ולחקור אותן
עקר אתן. אתה חרד ממה שתגלה מאחוריהן, אבל אתה שומע את הבכי של התינוק ואתה
ממשיך, כי אתה יודע שהתינוק הוא אתה וזה כל מה שיש לך: כאן, פה - ועכשיו:
אז, עכשיו - מה? עכשיו - לאן ואיך?
עכשיו אתה נשבע (ומקווה גם לקיים): אתה נשבע לחיים ולאהבה.
אתה נשבע לאהוב את מה שאתה לעצמך - ולעשות רק מה שאתה אוהב.
אתה נשבע לצחוק באמת ולשחרר את לבך לכל אדם.
אתה נשבע לבכות ולפחד ולשמוח באמת ולהתמסר ולהודות שאתה קטן וזקוק לעזרה,
ליד מגנה, לאוזן קשבת, לרגשות ולגע.
אתה נשבע לא להתמסר עוד לחברים הקשורים לגזול את רגשותיך (והרי עברת חד הרב).
אתה נשבע לחפש לך קניינים של הרוח, פנימה ולא רכוש קר ואושר מחוץ לך.
אתה נשבע להיות חבר אמיתי לבת-זוג, לחבריך ומעל לכל ולפני הכל: לעצמך.
ומצייר התשוקות הגדולה, חבוש בהתחייבויות הגדולה לעצמך ולעצמך בכלל - אתה פותח את עיניך
ומביט בשמים ובשמש ובצמחים סביבך. לוגם שלוק קפה. לשם עיניך, חושב עליך ואוהב אותך.
ואתה מחייך. לא באושר - עדיין. לא בשמחה - עדיין. בהיסוס, בחשש, בהדרגה. אבל מורגל לחייך.
אבל לחייך לה בטוח יותר ויותר בקלות ומחייכים אליך חזרה.
ובאותו היום, באיחור של 15 שנה ויום אחד, אתה מתחיל את ילדותך מחדש כמו תינוק קדוש.
הבגרות.

מה עשה לי הרכבו? גרם לי להתבגר

(*) גילה לי את העובדה שיש לי חוג לא קטן של חברים טובים ונאמנים שעומדים לצדי ולרשותי בכל מצב.
(*) גרם לי להכיר את עצמי היכרות מעמיקה שלכשעצמה לא הייתי מגיע בשום דרך ובשום מקום אחרים.
(*) חשף את הדבר התמוה ביני לבין עצמי וסייע לה להתנתק ממני ובכך לשחרר גם אותי, את כל הכאב שבי
(*) גרם אותי לקבל טיפול פסיכולוגי מאומץ.
(*) גרם לי לפנות לעזרה לאנשים בסביבתי.
(*) סייע לי להביע את רגשותי ולהשמיעם - ולבסוף, אף להכירם כפי שהם.
(*) התפיר אותי, לזמן קצוב, למסגרת שבה יש סדר יום קשיח, משמעת, היררכיה - בהכנה לתחום.
(*) באמצעות תנאי מחיה, חברה כפויה, סיפוק בסיסי, סדר, משמעת - החזיר את הרצון שלי לחיים יותר נכונים
(*) גרם לי להכיר אוכלוסיות ואנשים שלא הייתי מכיר בשום דרך אחרת.
(*) חיזק את השינוי בקריירה המקצועית שלי לכיוון התקשורת, הפסיכולוגיה וכו' והרחיק אותי מעולם הכספים
(*) שחרר אותי מכל האינטרסים (כסף, רכוש, בת-זוג, ילדים, מקום לעבודה, עסק פרטי, מוניטין ומעמד וכו')!
! אם להשפיע לפי מכריי וחבריי (מספר שווה של אנשי בוהמה ואנשי עסקים), חברותי לחיים (אמנויות הבמה והתקשורת)
ונטיותי, המאושמות בחלקן - אני איש בוהמה, לפחות למחצה!

המתרחב האופקי מול המתפשט האנכי:

בפני אדם ברירה: (א) לבחור המקצוע/תחום/עיסוק/אזור/בת-זוג/חיים ולהתקדם בהם מלמטה למעלה,
תוך מיצוי והעמקה, תוך לימוד והתמחות בשלבי פוסקים: כך "השגיות" באמת.
IIC (ב) לעבור ממקצוע למקצוע, לנסות, לחוות חוויות, לפגוש אנשים רבים, להתנסות,
לשמור הכרויות והתנסויות תוך לימוד שטחי של מעט מכל דבר - תוך השלמה
עם המחיר: אי "השגיות" במובן המקובל בחברה המודרנית של ימינו.

בהתבוננות אחורה, אני מבין בסיפוק את המגוון הרחב של חוויות שעברתי, מאוצר חוויות בלתי נדלה שהיקפו ועומקו נדירים ומעשירים מאוד.

עכשיו החלטתי לעשות רק מה שאני אוהב ולאהוב מה שאני עושה.

אני אוהב לאגור חוויות והתנסויות – זה נותן לי תחושה של תנועה, חיים, כובד משקל, נכסים. אני לא אוהב להעמיק, להתמסר, להתמיד – יש לי תחושה של החמצה, קפאון, מוות.

שאלה: האם אני מוכן לשלם את המחיר הכרוך באורח חיים כזה?

נטייה (או אהבה) לאורח חיים מתפתח ומגוון מלווה בנטישות ולבטים (ואהבות) אחרות.

זו לא שאלה של בחירה – זה הכרח, זה מבני, כך זה פועל.

למשל: אינני רוצה בילדים וזה מתאים מאוד לאורח חיים גדוש חוויות והתנסויות. אבל – אין זה מקרה מבודד. אלה שני פנים של אותה מטבע.

אורח חיים כזה אינו מאפשר: הקמת משפחה, ייסוד עסק, השתקעות במדינה, צבירת רכוש.
אורח חיים כזה אינו מתיישב עם: ציפיות התחייבויות לטווח ארוך, קריירות ליניאריות
אורח חיים כזה מחייב: הכנסה צנועה, קריירה אפיזודית, הרפתקנות, גמישות, חברתיות ומאוד

אין זה מונע פיתוח קריירה: לעתונאי, למשל, או דיפלומט, או יועץ בינלאומי – אלה קריירות מתגוונות.

אין זה מונע התנסות באותה החוויה מדי פעם: כל פעם תשמש מעין "שלב בסולם", מעין השתלמות. אותה חוויה לדמה (נניח, אהבה לאישה, או טיולים) בחוויות אחרות בכל פעם.

יש להבדיל בין מגבלות אובייקטיביות – אמיתיות – מפריעות להתפתחות של:	לבין
מגבלות התלויות מפרשנות תרבותית, הגיון, או במקום	

נסיון ראשון לאינטגרציה – ר' מעבר לדף

הכנתי מן המאגר המצטבר "נכסי" ורשימת המצאי היום:

עצמי – כל הידע שצברתי, כישורי האינטליגנציה שלי – ותו לא.

תכולה – תכולת הדירה הסגורה ברמת-גן, לאחר שאמי תקח את חפציה.

קשרים – עסקיים ועם חברים, הן בתחומי המדיה והן בעולם העסקים הכללי.

לכן, אין זה "התחלה מאפס"!

עם המצאי הזה, עלי להתחיל ולבנות את עולמי – למעשה, לבנות עולם אחר, כך לי, אך קרוב יותר לעצמי.

4 מעגלי קיום יאפיינו את העולם החדש הזה (מודל האגודות). בכל מעגל כזה יחול שינוי מסלול ביחס לעבר:

מעגל I: דירה – אמנע מתופעות פתולוגיות, כמו: אגירה, קביעות, סדר ונקיון כפייתיים, הסתגרות וכיו"ב. הדירה תאפשר לי לחיות בנוחות (פונקציונלית) ותספק הדפוס נוחות ואסתטיות.

מעגל II: עבודה – אעסוק רק ואך ורק במלאכות שאוהב ושיתנו לי סיפוק. לא אעסוק יותר בעסקנות "לכל".

מעגל III: חברים – אטפח חוג של חברים קרובים ופעילויות חברתיות. לא אנתק יותר מגע ואעלם.

טיפול – לא אזניח יותר את הדרישות הנפשיות ואקבל טיפול פסיכולוגי לשיפור תפקודי הרגשי.

מעגל IV: יצירה – אקדיש זמן לפעולות יצירתיות. אייחד לכך זמן ביממה וגם אם לא אעשה דבר – אתן למוחי אפשרות "לטייל".

בת-זוג – אבחר רק בת זוג שתענה על הדרישות שפירטתי. לא אתפשר בדברים המהותיים ולא אתקשר עם בת-זוג מהמעגלים האבודים (כמו מגבילות, למשל).

אילוצים

טיפול (תלויי אישיות)

- ק 1. מדבר ומתקשר מיני פלסטיות
- ק 2. מגע עם רגשותי ותקשורת
- ק 3. פחד מבדידות ודכאון
- ע 4. טיפול גופני ורפואי ומקצועים
- ק 5. האנשות מהצלחות בני אדם ומהתפתלות בהם
- ע ק 6. האנשות מכפייתיות (סדר, נקיון, קניות, אגירה)
- ק 7. אוהבת עצמי ועשיית רק מה שאוהבת (גם קריירה) טיפול בדימוי עצמי נמוך
- ע 8. השגת פרסום בהצלחות יצירתיות אינטלקטואליות
- ע ק 9. הפסקת התמכרויות: עשן, יזע, כסף, הימורים, קניות
- ע ק 10. האנשות מהתחבות, משקיים, מתשטוש המציאות ויצא מציאותי של כישורים, קשרים ויכולות מניעת פלתי ציפיות ואכזבות
- ע ק 11. קבלת אחריות, האנשות מהתיידדות
- ק 12. האנשות מפרצי כעס והתנשאות, חרדה ותגובות
- ע ק 13. האנשות מלבדיות ומאריכה בסמכות
- ע ק 14. טיפוח חשיבה חיובית, עקרים, מימד הלחתיה
- ע ק 15. דחיית סיפוקים מיידיים

להסתגלות (אובייקטיביים)

1. השגת הכנסה גבוהה וקבועה
2. גישה לתקשורת ושיקום מוניטין
3. סיום הליכים משפטיים והחזר חובות (ר' 1)

לא לטיפול (תלויי תרבות)

1. העדפת חוויות, אגיית כבוד עשות והתנגויות-אופיינדיות
2. בלי ילדים
3. בלי לסך עצמאי (למעט ייעוץ)
4. בלי שותפים
5. בלי מחויבויות קבועות (נישואין, התפתלות, קריירות ארוכות לימודים, פרוייקטים רב-שנתיים וכו')
6. שמירה על תעודתיות, תעודתיות, גמישות (בעבודה, בטיול)
7. קשרים חברתיים מפרים ומוכנות לקבל עזרה
8. קשרי משפחה קרובים
9. חשיפה לציבור גדול במישור האינטלקטואלי
10. חיפוש אתגרים אינטלקטואליים
11. האנשות מתחרות
12. מפרט בת-זוג
- א. יופי ואסתטיקה
- ב. עצמאות, אני תלות, קריירה מצליחה
- ג. יציבות
- ד. בגרות
- ה. שיתופיות וחברות
- ו. אוהבת יכולה להתקיים רק בין שווים (סימטריה)

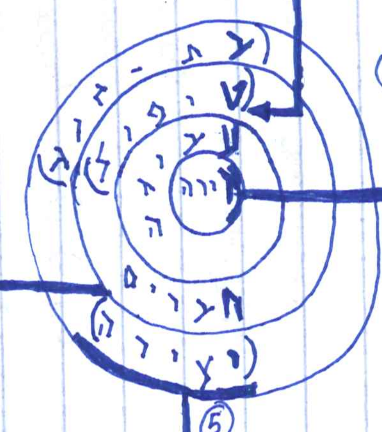
ברייה (1)

שיש להם הרבה מאוד מהמשותף (סגנון חיים, העדפות, לחצים, תחומי עניין, הומור)

ומעט מהמנוגד (אופי ואישיות) = שוויון וסימטריה בהסכמים וביחסים

(6) זוגיות

מעמד	סוג		
משפחה	הדאס פוקוס		
סיגל	ניק	אמיל	
רותי	יעל בני		
אפי	סימה		
צבי	אופי ע'		
יובא	בכור שחר		
איתן	רמה ע'		
פזית	בגוומן ג'		
דן ד'	סיגלד ר'		
בני ה'	אורבק א'		
דן ה'	בוטיין ב'		



תקשורת

1. מאמרים
2. מפלגות הבית שלנו
3. אוסף סיפורי מד"ב
4. שירה, סיפורים
5. לפתור את עליסה
6. טגיות-מדריך למשתמש
7. המחשת תכניות העדפ-עליסה
8. תוכנות רדיו

תיקון מקדמי
2 בריטניקה
CDR: בריטניקה
סינמניה
שמס
אוקרלה
גרולייר, קומפטון
בוקסוף
תוכנות: חלונות 95
אופיסוות וורד, אקסל
יומנים: כל"ח, דיסקט
ספר שבת: קפ"ח
חפצים: TV, מיניסטריו ריהוט מואר, תאורה

התחזיות + מעמד / עקבים בעניים

1. מנוח בטלוויזיה
2. לתושבי חוקר (מאמרים)
3. פרסומאי
4. יועץ בינלאומי
5. במאי קולנוע
6. מרצה שאינו אקדמאי
7. פרופסור באוניברסיטה
8. יועץ בכנסת
9. מ"ל (גם עם פתוחי פקס)
10. ספרנות ומיגנעות

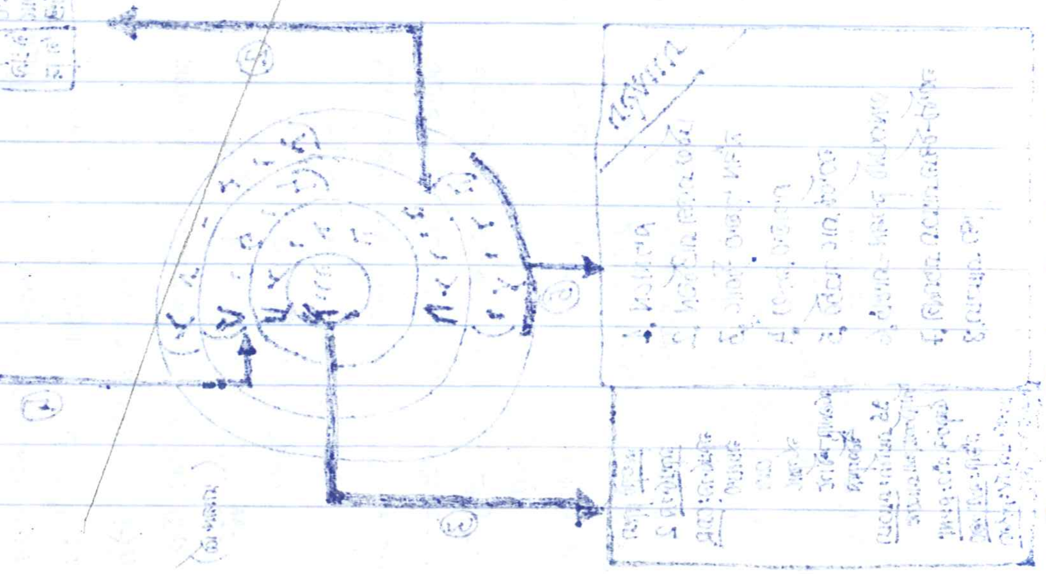
יחבר לספר הבגוה אלה (מאחרי מס' 2) הוא מוגאמיה סדרתית

1. אוהבת (קבלה ללא תנאי)
2. ללא ילדים
3. ייעוץ וטיפול לפני ובמהלך הזוגיות
4. יחסים הסכמיים: רכוש, חברים, זמן משותף, מרחב וזמן פרטיים, מותר ואסור, העדפות, צורת פרידה, דפוסי תקשורת, חוזה ממון ועוד וסעיפי הביטול שבו
5. מין ללא שגרה - כמו פצ'יה.

רשימת קשרים:

<u>מדיה</u>: קיטל שלום, אופיר לנדאו, חנן לשבן, איתן אורן, טוביה סלד, בתיה דגן, שלמה שוהם, שמואל גובר, קפליסקי
שמואל צ'יטרון, מוקה קרישר, שלמה סימונובסקי, סוניה בת-צבי, אושה פולק, מיכאל פרי, פולי רשף,
אוקה סיון, דני שיר, אבי כהן, אופיר חבור, אלי דגן, בהט יונה, סיגלר יובל, אורנן אורבך, גיל פלד,
בני ציטרין, מיכאל פרי, רביבו פנינה, גולדבגר דן, הבל בני, פוספי חיים, מבטי שרה, כץ יובל,
מקות סיגל, יהודה מלצר (ליזי אויס), הרצוי גדעון, יואל הופמן, מיכה אובקורו, טופול, אושרת.

<u>עסקים</u>: חרובי חיים, יצחק צבי, אביתל נסים, דגן דוד, סמר נסים, חבצוני אולגה, פילברמן רוני, כהן משה,
הרמן דן, סבי יעקב-עדי אביר, שגב שלמה, גאון אבי, בני מוטי וולף, יונתן קרמר, גדעון לוין,
משיאן יעקב, אברהם אוסף, קורי ספרבוג, תומס קרמונה, גדעון סגל, דבה רביב, משה רייס



סדר-דפוסי התנהגות ותגובה	גישה ראשונה: מלחמה (טיפול)	גישה שניה: הסתגלות והתמודדות
1) <u>נרקיסיות</u>		
פרסום	להמנע מפרסום	להגיע לפרסום פונקציונלי (גם רגשית)
יחסים בין-אישיים בעייתיים	ליצור יחסים עם בת זוג מתבוננת, עם חברים בכל מצב ועם משפחה	להצמיד היחסים לחברים מוסלים ולמשפחה (בלי בת זוג)
2) יצירתיות	ליצור	ליצור
3) רדיפת כסף וכח	לשנות סדרי עדיפויות	להמשיך במסגרת עיסוק להגדלה אהובים
4) עקרים והתנהגות	להמנע ולהכנע הנעייה והתנהגות	להגיע למקצועות הדורשים משחק
5) ריאוריים והפסדים	להמנע (ולהכנע) התנהגות	להגיע לפעילויות עם יסוד אי ודאות
6) קניות ואגירה כפייתיים	להמנע מהתנהגות ולהכנע	לצבור רכוש שלדה משפיע עם הפמן
7) סדר ונקיון כפייתיים	להצמד התנהגות	להצמד התנהגות
8) התמכרויות (כסף, סדר, זמן)	לבטל ולהגיע התמכרויות	לקבל שעות של "גן מושפה"
9) בידוד חברתי	להרחיב ליחסים חברתיים	להפח יחסים חברתיים ומעניק סיפוק
10) התפרצויות זעם וחרדה, נטיה לצמית, דכאון, קנאות, הפחלות מאופקת (חוסר יכולת לאהוב, התעללות רגשית בהוצלת קרוב)	טיפול	טיפול
11) תכנון העתיד - המועות	תכנון-פסוי של העתיד	תכנון העתיד מהפרטים קטנים והשגות יעדים.
12) לעדריינות ומידה בסמכות	המנעות מלעדריינות	המנעות מלעדריינות

יצירה - קריטריון ניפוי ומיון

במבחני סיום התשלום שהדרכה הדומיננטי הוא היצירה. לכן צריכה להיות מטרת "מודל האודות":

דירה - מתבוננות ומלובבת להפסיק יצירה (אומפים נגישים, תאורה, תפאורה וכו')

עבודה - חייבת להכיל רבה יצירתי כבד

חברים - רק כאלה הקשורים, המיסרין או בעקיפין, לתהליכי היצירה

טיפול - אומר לסייע לחיזוק היצירתיות והיכולת להביע אותה

בת-זוג - נדרשת תאומות מלאה כדי למנוע הפרעות להפסיק היצירה. רצוי שתהיה יוצרת בעצמה.

מדוע החשוב להיות "אחד מההמון"?

החשש הוא אוניברסלי: כל אדם מנסה להבדל את עצמו: בהומצאות הינוג, תסרוקת, התנהגות, סגנון חיים, יצירה;

עד מגנון הדול הוא הטעיות - האדם חש עצמו מיוחד במסגרת יחסי הטיג (מיוחד בעיני בת טוגו). בת טוגו מעניקה

לו אישור "חיצוני, בלתי תלוי", "אובייקטיבי" כביכול להיותו מיוחד ויחיד.

אבל אצלי האדם היחיד סופה מגעגע לפר. תחושת המיוחדות נובעת מלכם היחוד הנעי. הצלוסות הברורים של הרגעי

והייכרות המעמיקה לא אוני אוהוב - די בהם ליצור תחושה של יחידאות.

מי שהדאוני של לכו מפותח הופך מגעגעי לפר למיוחם - להתפסי אוני, למגדירי העצמי, לדבר האומיתי.

מי שהדאוני של פגום: (*) יתמכד עם בת טוג ויכול אותה כמסמלת את העולם כולו } במקום יחסים בריאים מסוג:

(*) ישלט בבת טוג שלוטה מוחלטת כשהיא מסמלת, שוב, את העולם כולו "שניים שהם אחד"

(*) יסכסך את הרגעי של הכל דרך ובכלו כל הצדקה (תאוות פרסום, גרפומניה).

ראיית הרגעי המשוכלל מעניקה תחושת עוצמה, נצחות - הכל אומניפוטנטיות, תחושת קיום.

(*) "סוג להקיות, למחשבות שונו, או "יצור חוגים הרמטיים של בני אדם ויומלו בהם

התפקיד שבאמסגרתו יחוש אומניפוטנטי ואומניפרזנטי.

נסיון שני לאינטגרציה ←

	דירה	עבודה	יצירה/תקשורת	חברים	טיפול	בת-זוג
תכל מצטבר!						
עיסוס 10/97 - (תפלי במועד השחרור)	השלמת תכולה: תיקון לקסמן, 2 בריטניקה, CDR: בריטניקה, סינמניה, ג'ינס, אנקרטה, גרולייר, המפטון, הוקשלל. חפצים: עד, מיניסטליסט. ריהוט ושונות, מלבד, מאוול. תוכנות: חלונות 95, ג'רסאות (וורד, אוקסל, קוול). יומנים: רו"ח, דיסקטים. ספר שנה: קופ"ח. מכונית. קלטות: בני הנדל, הולטון לקהלה. ◆ מעבר דירה + החלפת תכולה	התחזית ו/או: 1. מודל (גם לשרותי פקס) 2. קורס במידעות 3. "עול" 4. הרצאות ושיעורים פרטיים 5. לתנועות (חוקרת) 6. מנחה בטלוויזיה [מט"י + קרן לעסקים קטנים] ⇓ סיום הליכים משפטיים וחובות. עסקים: חרובי, דהאן, יצחק, אבישלום גמר, חצרוני אולדר, טילברמן, כהן משה, הירמן דן, לה עקיבא, שיטה שלמה, נאומן, הרי מוטי, קוהסל, זרדון לוין, סגל, משיאן, אברהם אסף, סבראוס, קרואול, סגל	1. מאמרים 2. סיפורים ושירה 3. "כוכב אחר" - סיפורי מד"ב 4. "מפלצות הבית שלנו" 5. "טעיות - מדריך למשתמש" 6. "לטבור את עליסה" + מחזה 7. תוכניות רדיו	סיגל, רותי, לוחי, צבי, יואב, איתן, פטית, דן ד', בני ה', בני ג', דן ה', עקיבא ה', ניק, פוטר, יעל, סימה, אופי, הבטיר, רמה, סיגלר, מייק בר, אורבך, אוביטל. מגיות: קיטל שלום, אופי סנדר, חן לבר, איתן אורן, טוביה, סלר, טרהה רון, שמואל אגר, שלמה שוהם, מיכה אנקורי, יואל הופמן, קליסקי, שמלון, בציון, מוקה קייזר, שלמה סימנובסקי, פנינה בת צבי, אושת פולק, מיכאל פרי, פוסי רנסל, אורי סיוון, רוני, נסיר, זאבי כהן, אוסי תבור, אוסי דנון, בר מייק, סיגלר, יובל, אורבך אורטן, גיל, פרל, בני בציון, רבינוביץ, פטית, רוסלר דן, הנדל, בני, יוסף חיים, הבור עמה, בל יואב, ברוק סיגל, יהודה, מסבר, סיסי אויס, הרשי, טבמן	במסגרת קהילתית ובמסגרת קופ"ח	
פריצה 10/97 -		לימודי פסיכולוגיה ופילוסופיה			במסגרת קהילתית + קופ"ח	
עיסוס	רכישת דירה והשלמת תכולה				פרטי	

כשלון המנגנונים הנ"ל (בת זוג נוטשת, הפרסום נפסק, חוג האנשים מתפרק) מוביל לתחושה של אין ותחושת מקסימליים. מאחר שגבולות האני מוגדרים מבחוץ ולא מבפנים - יש תחושה של התפוררות האני והתמוססות בתוך מסת בני האדם הסובבת. זו תחושה המאיימת על עצם הקיום. הקונפליקט הקיומי הזה מוביל לאלתור התפרצות בכל מחיר: מציאת בת-זוג, פרסום בכל מחיר, השתלבות בחוג אנשים כלשהו וכיו"ב.

דחיפות זו של מציאת זוג חלופה ליישוב הקונפליקט הקיומי - מטשטשת את חוש השיפוט. האדם ישפוט שלא כהלכה את תכונותיה ויכולותיה של בת הזוג, את איכות יצירותיו שלו, את מיקומו בתוך הקבוצות שלהן הוא שייך. מנגנונים כמו [illegible] ישמשו להצדקת המרדף אחר פרסום בכל מחיר. העיקר להפטר - מהדחיפות - מתחושת האפסות.

מלבד טיפול פסיכולוגי לחיזוק האני ומנגנוני ההגנה הבריאים, יש מספר צעדי ביניים מועילים:

(א) הצבת יעדים ברי הגשמה והשגתם. גם זה חיזוק לאני - ולכן משנה באילו השגים מדובר.

(ב) יצירה. יצירתיות מחזקת את האני ומסייעת בתהליך הגדרתו ויחודו. אם מתלווה לכך גם הצלחה מסחרית או ביקורתית - מה טוב. אך גם אם לא - יש בכך משום פיצוי תמיכה באגו רצוף.

(ג) מציאת בת-זוג העונה על דרישות המפרט. בת-זוג כזו תסייע מאוד להגדרת האני.

(ד) אינטראקציה בלתי פוסקת עם אנשים (מכל הסוגים והשכבות!) שמה דברים בפרופורציה הנכונה ומקנה תחושת מיוחדות ויחידאות וזו רק כלפי האנשים שעימם נמצאים באינטראקציה. הדבר די בכך.

הנושא "מיוחדות" או "יחידאות" הינו תכונה של האדם ולכן בלתי תלויה בקיומו של צופה חיצוני (PROPERTY) או שזה תוצר של שיפוט מוסכם של קבוצת בני אדם (QUALITY)?

במקרה הראשון - כל אדם הוא "מיוחד" או "יחידאי" (הוא נושא תכונה זו כאילו באופן ייחודי). תכונה זו נובעת מהמכלול הייחודי שהוא מהווה: ההיסטוריה האישית שלו, אופיו, [illegible] וכיו"ב.

טיעון בעד: אין שני בני אדם זהים. אם אין שני פרטים זהים - יש לבחון את הנקודה שבה הופכת מידת השוני לייחוד. במילים אחרות: יש הרבה תכונות ואפיונים המשותפים לשני פרטים בני אותו מין. יש תכונות, אפיונים

המבדילים בין פרטים בני אותו מין. קיימת נקודה כמותית שבה ניתן לומר שהשוני עולה על הדמיון ואז הפרט הוא "מיוחד" או "יחידאי". בקרב בני אדם השוני כה גדול על הדמיון (היסטוריה אישית, תמהיל אופי, [illegible], עולם פנימי) שכל בן אדם הוא "מיוחד" או "יחידאי". לכן אין גם תלות בקיומו של צופה חיצוני. המיוחדות הינה תוצר של עצם הקיום ולא של אופן השוואתו המתבצע ע"י תבונה או תודעה חיצונית.

שאלה: מה יקרה אם אדם ייוותר לבד בעולם? האם ניתן יהיה לומר אז שהוא מיוחד? לכאורה כן. השאלה שלא יהיה מי שיגיד את זה. מה הקשר בין היגד לעובדה? האם עובדה שאינה מלווה בהיגד אינה עובדה? בעולם האנושי: כך הדבר. אם המיוחדות תלויית היגד - הרי ככל שיגדל מספר ההיגדים כך תגדל הודאות שקיימת מיוחדות.

באופן הזה, המיוחדות הינה כן תוצר של שיפוט מוסכם של קבוצת בני אדם וככל שיגדל מספר חברי הקבוצה - כך יגדלה הודאות בכך שקיימת מיוחדות.

נסכם: המיוחדות הינה תכונה של האדם, כל אדם (אם כי המידה משתנה, לפי [illegible]).
קיום המיוחדות אינו תלוי בשיפוט של חבר בני אדם. הינו קיימת בין כך ובין כך.
מיוחדות מתוקשרת באמצעות היגדים המוחלפים בין בני אדם.
ודאות קיומה של המיוחדות תלויה בשיפוט חבר בני אדם. ככל שרב מספר בני האדם המתקשרים את קיומה של מיוחדות מסוימת - כך גדלה הודאות בקיומה.

מדוע חשוב לדעת קיומה של מיוחדות מסוימת? יש להבדיל בין ודאות פנימית לודאות חיצונית. רוב בני האדם מסתפקים ברמת ודאות חיצונית נמוכה (בת זוג, חברים לעבודה, מכרים וידידים, מפגשים אקראיים) + רמת ודאות פנימית גבוהה (מרגישים את עצמם ולכן חשים עצמם כמיוחדים ונבדלים). הציר המרכזי הוא רמת הודאות הפנימית לגבי קיום המיוחדות. תקשור המיוחדות הופך להיות משני ומוגבל למילוי תפקידים מסויימים בחיי האדם, כאמור.

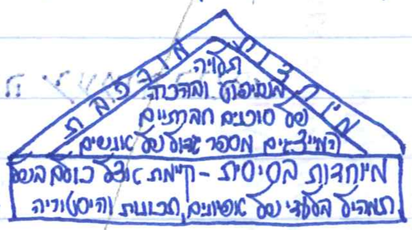
אצל אחרים, רמת הדאגות הפנימית נמוכה. הם מעריכים את עצמם או סובלים מעצמם, הם רוצים בעצמם
כשלעצמם. הם חשים שאין הם ראויים לטוב ואין בהם "יחוד".
על רמת דאגות פנימית נמוכה יש להצביע ברמת דאגות חיצונית גבוהה, כלומר בהקשר המיוחדות למספר רב
ככל האפשר של אנשים שיאשרו את קיומה של המיוחדות. הקשר כזה נעשה בדרכים שונות: רכישה אחרת,
פרסום, פעילות ציבורית, יצירה אומנותית למיניה. יש לשמור על רצף פעילות לשמירה מתמדת על תחושת המיוחדות.
לפעמים יש העברה של ההקשר מבני אדם לחפצים כמשלי תקשורת. כשחפץ מסמל סטטוס הוא מהווה
"חבילת מידע" מרוכזת לו מבטו של הבעלים על מיוחדותו, להתבססות בסמל ניתן להוסיף, איפור, גזירה
וקעקועים כפיתיים. אוספים גדולים, מכוניות פאר ובתים ראוותניים מתקשרים מיוחדות (וגם בתוכן מהווים חלק
מן המיוחדות הזו).

מיוחדות פנימית + מיוחדות חיצונית = קבוע המיוחדות.

המיוחדות מורכבת ממיוחדות בסיסית ומיוחדות מורכבת.

המיוחדות הבסיסית הינו סך התכונות, הכישורים, המאפיינים וההיסטוריה של כל אדם. סך זה מבדיל אותו
מכל אדם אחר. דובר, טיפוסו הספציפי, מיוחדותו.
המיוחדות המורכבת הינו תוצר של נדירות (תמימות) ונגישות. ככל שיש לאדם תכונות, כישורים, מאפיינים
והיסטוריה שהם יותר תמימים ופחות נגישים (שלגו אדם אחרים) כך גדולה המיוחדות המורכבת שלו.
מודדים תמימות ונגישות עפ"י התפלגות באוכלוסיה ועפ"י מידת המאמץ הנדרשת להשגת הנ"ל.
המיוחדות הבסיסית הינה אקסיומה ואינה זקוקה לראיה. כל אדם מיוחד באופן בסיסי.
המיוחדות המורכבת מחייבת מדידה והשוואה והינו תלויה, איפוא, בשיפוטו של חבר בני אדם. ככל שרחב
היקפו של חבר בני האדם - כך גדלה הודאות בקיומה של מיוחדות מורכבת ושל המידה המורכבות.
קיומה של מיוחדות מורכבת ושל מידתה תלויים בשיפוטו של חבר בני אדם, וגבולו.
החברה האנושית מסמיכה סוכנים למדידת מיוחדות מורכבת. כך, למשל, מודדת האוניברסיטה רמה של

מיוחדות הקניין השכלה ואף מנפיקה תעודה בהתאם. בנקים וחברות כרטיסי אשראי מודדים רכיב מיוחדות הקניין: כסף.
הוצאות לאור מודדות רכיב מיוחדות הקניין "כשרון לפרסום" או "יצירתיות".
גודלו של חבר בני האדם השופט קיומה ומידתה של מיוחדות מורכבת אינו מוחלט במספרים.
די בסוכנים חברתיים המייצגים מספר גדול של בני אדם.
אם כך, אין קשר בין הקשר המיוחדות לבין מורכבות המיוחדות.
יכול להיות אדם שתהיה לו מיוחדות מורכבת גבוהה אך ידועה לחוג מצומצם מאוד של סוכנים חברתיים.
הוא יהיה לא-מפורסם ובלתי-ידוע אך בעל מיוחדות ניכרת מאוד. למיוחדות כזו יהיה פוטנציאל הקשר רב
העובדה שאינה מתקשרת לא תוכר בתקופתה.
התשוקה לפרסום אין לה ולא כלום עם קיומה של מיוחדות מכל סוג שהוא, או עם מידתה.



מיוחדות בסיסית או מורכבת
אינן תלויות בהקשרן או
בחשיפתן למספר כזה או
אחר של בני אדם.

התשוקה לפרסום קשורה למידת ההפנמה של המיוחדות ולא לעצם קיומה, לסיווגה, או למידתה!

קבוע המיוחדות = מיוחדות פנימית + מיוחדות חיצונית — סובייקטיבי
משתנה המיוחדות = מיוחדות בסיסית + מיוחדות מורכבת — אובייקטיבי

לכל אדם משתנה מיוחדות נתון. בכל רגע קבוע גודלו של משתנה המיוחדות.
ללמות פנימית, האדם שואב את הערכתו לגבי גודלו של משתנה המיוחדות ומפנים או מרחיק במידות
משתנות. הוא מפצה, כאמור על הערכה פנימית נמוכה בשאיבת הערכה בכל דרך מסביבתו.
שאלה: מה התפקיד בתוכן, ההקשר התרבותי, או המרחב?

"יתכן שאדם מאוד מיוחד (בסיסי+מורכב גבוה) שאינו יכול למצוא אדם אחר, חי ומת בבדידות.

ברור לנו שפחות אדם בעל מיוחדות בסיסית, כיצד נדע שהוא בעל מיוחדות מורכבת? הרי אין סוכן חברתי...

(או חבר בני אדם במישרין, למשל: באמצעות אמצעי התקשורת) לא אישר את קיום מיוחדותו המורכבת.

התשובה שבי בכך שמיוחדותו המורכבת תאושר לאחר מותו (בתוך אחר), במקום אחר ואולי בתרבות

אחרת ע"י סוכנים חברתיים כפי שנעשה שהיה מיוחד. קפקא! וניצשה הם דוגמאות לכך.

שאלה: מה הקשר בין מידת ההכפלה של המיוחדות של בני אדם אחרים לבין מידתה?

ככלל, יש קשר. ככל שההכפלה רחבה יותר - כך מידת המיוחדות גדולה יותר. אולם, שיש לבחון הכפלה כמו בתוך... מידה

מאוד "לבי-אנושיים" לטווח קצר ומחה. ההכפלה יכולה להיות על לבוטנים הירוקים או כוחניים והיא יכולה להיות

גלויה (גלויה) או נסתרת. ברור שיש הכפלות שקנה המידה הרחב שלהן הולך לכל לין.

• נסיון שלישי לאינטגרציה עמוד הבא:

כללי

שחרור → דרכון → ביטוח ל. + רפואי → הסדרת חובות → דו"חות אישיים ומכון

דירה

מעבר דירה

איתור דירה
חוזה ומפתח
העתקת טלפון וכבלים + העתקת טלפון ומספר ידוע
חיבורי חשמל, מים וגז
העברת חפצים
ניקיון וסידור
שינוי כתובת (דואר, ...)
הפנית דואר וכו'.

↓

תיקון מקסמן
2 בריטניקה + CDR
CDR: סינמניה, ג'ינס, אנקרטה, גרולייר, קומפטון, בוקשלף
תוכנות: וינדוס 95, יפות, עבודה, גרפיקה, אוקסלו, וורד, קוורק-דבו + אנציקלופדיה, קמיליון
יומנים: רוח, דיסקים
ספרי שנה: קופ"ח
חפצים: TV, TV אלבית, מיניסטריאו, מזגן, מאוורר, מכתבה, כסאות, ספרים, שטיחים, אורגנית, כוננית, תמונות, ... פסלים, שידות, ...
מקרר, תנור וכיריים, ...
קלטות: בני הבטל, ...
ציוד משרדי
מזכירים: טלפון, דפי ..., פקס
חדש: 5730328

עבודה

• **מחברים בשוק** (ר' פירוט)

+

• יעוץ
• הרצאות
• שיעורים פרטיים
• עיתונאות

אולדד חצבוני
רני ...
הרמן דן
יונתן קורפל
אברהם אופיר
עדי אופיר
יובל סיגלר
בני ציטרין
דב רהב
משה רוין
דבורה הרוריס
בטה סהר (...)

יצירה ותקשורת

• מאמרים
• סיפורים ושירה
• כותב אחר (מידע)
• מפלצות הבית שלנו
• זוגיות-מדריך למשתמש
• לזכור את עליסה
• תוכניות רדיו
• תקשורת ויחס"צ
• תרגום לשפות +
• תסריטים
• גרסאות אינטרנט

חברה

חברים: סיגל, רותי, עופר, צבי, יואב, איתן, פנינה, דן ד', בני ה', בני ג', דן ה', יהודה ה', ניק, פולגר, יגאל, סימה, אופי, בכור, רמה, סיגל, מיקי בר, אורנה, אביטל, ...

מידע: קיטל, אופיר, חנן ..., אורן, סלד, ... רון, ..., שלמה שוהם, מיכה ..., יגאל הופמן, קליסקי, ציטרון, קריגר, סימנובסקי, בת צבי, אושרת ..., מיכאל ..., ..., רוני שיר, ..., דנון, מיקי בר, סיגלר, ..., ציטרין, רביבו, ..., יוסף, הבכור, ... יואב, ברקת, יהודה ..., ... אליס, טוביה ..., יעקב ..., מיקי דומן, ...

טיפול

קופ"ח/קהילה

פגישות עם דייויד (* לפגישה הבאה)

פגישה ראשונה (18.2)

אני יודע לשים גבול להתפרצויות הזעם שלי (למשל: בלי אלימות פיזית)

הכעס האמיתי = פעולה של Acting Out.

יש משהו "אותם" שגרם לכל זה. חשיפתו תוביל לסיפורים גדולים. אולי כדאי לחיות עם מנגנוני ההסתגלות שפיתחתי

(כמו נכה החי עם נכותו)? - בכל מקרה, החשיפה באמצעות פסיכואנליזה –

אהבה עצמית = אוקי נתינה חומרי

פגישה שנייה (26.2)

יש לי רק זכרונות אימה מסויטים מהילדות

הקשר בין זה שאמא כינתה אותי "אייכמן" לבין האובססיה שלי עם היטלר והנאצים

אני מפנטז על היטלר והנאצים לפני השינה

שונא אלימות ודם במציאות - ומפנטז עליהם

לגבי מרגיש שלם: הכל בינוני (מאושר? רגוע, טוב לי רע לי)

התחנכתי באווירה הנפשית של אבא והוא אחרי שהתחנכתי בקט של אמא

אוהב קלטות מילדות: מקרין סרטים לפני השינה, אוסף סרטי וידאו, בגיל ההתבגרות

* הכל נראה לי חדש למרות שכבר לפני חודשים כתבתי: ההבחנות הנוכחיות *

אמא שואפת להיות שחקנית/ציירת. בחירתה במשפחה ובטיפול חוגה הרחבתי מנעה תאוות ממנה. (התרחבתי/) יצאתי תמיד עם אמניות.

* תגובותיי להצלחתי ולפחד אמני - חיוביות מבחינה רגשית. מגיע רק לאהבה (ולמתן כבוד?) *

* פוחד מאוד מהצלחתי ולא נראה מדברי הרגשה: לא יכול להיות איש קטן ולא איש גדול *

* נמלטתי אל קריאה וספרים ואולי נלחמה בהם ובי כבודם קורא *

ב-15 השנים האחרונות סטיתי ממסלול בחיי שבו התחלתי:

- במקום לעשות דברים שאני אוהב - עשיתי דברים שאני שונא
  - ↓ לקרוא, לכתוב, ללמוד
  - ↓ עסקים, כסף וכו'
- במקום לשים דגש על איכות מחיה - שמתי דגש על רמת מחיה
  - ↓ שנובעת מעשיית דברים שאני אוהב
  - ↓ שנובעת מעשיית דברים שאני שונא
- במקום לטפל בפנימיות שלי - טיפלתי בחיצוניות שלי
  - ↓ טיפול פסיכולוגי, אינטרוספקציה, חברים
  - ↓ חפצים, חוויות, מכרים ושותפים

מה סיכום הדיכוטומיות:

15 שנים אחרונות	עד לפני 15 שנים + מהיום
עשיית עסקים, צבירת כח וצבירת כסף - שונא	קריאה, כתיבה ולימודים - אוהב
רמת מחיה: מגורים, בילויים, אוירה	איכות מחיה: יצירה, התרגשות, התפתחות
חיצוניות: חפצים, חוויות, מכרים ושותפים	פנימיות: טיפול פסיכולוגי, אינטרוספקציה, חברים

תיאור צורת החיים העתידית:

ירידה ניכרת ברמת המחיה. שינוי בצורת המגורים, צמצום בהכנסות, בבילויים ובנסיעות לחו"ל.
התמקדות בעשיית דברים שאני אוהב: כתיבה, קריאה ולימודים ונסיון להפיק פרנסה מדברים אלה.
קבלת טיפול פסיכולוגי, אינטרוספקציה וחברים יסייעו לי להיות באמת יותר קרוב אל עצמי ואל רגשותי". *

~~מאפיינים של חבר בממסד: כח ועליונות~~ ⇐ ~~שונא לעשות / רמת מחיה / חיצוניות~~

(אוהב לעשות / איכות מחיה / פנימיות) ⇒ מאפיינים של אמן, סופר, איש תקשורת והוגה.

פגישה שלישית (4.3)

אני מסוגל לחוש רחמים ואמפתיה כלפי אנשים פגועים. אולי כך אני מרגיש "באומללות שלי".
אני מקנא באנשים שמרגישים רגשות "טובים": שמחה, אהבה, תקווה - ומנסה "לקלקל" להם.
אני חש רווחה קלה כשיש "צרת רבים": אך לא חש כל רגשות או אמפטיה.
~~אני חש אופוריה כשקורה לי משהו רע מאוד.~~
פתרונות אפשריים: טראומה (או מספר: מות משפחה) גרמו לתחושה שאני "רע" ולכן מגיע לי להרגיש (או אסור לי להרגיש - ש.ו.)
פעמיים בחיי המודע חוויתי אין: כשהתגלגלתי מעולים אמון והרגשתי אחדות את "חוסר הנורמליות" שלי (המיניות והקשרים בין-אישיים)
ופעם שנייה כשנעלמה עבודה המאני (וגם אז חשתי בהדגשת את "חוסר הנורמליות" שלי).
תגובתי את הפרידה מגלאי: אופוריה, דכאון, לב צדול ותחושת התלויות והתמוססות.

פגישה רביעית (10.3)

אני חש שאנשים מייצגים פוטנציאל התפתחות וירידה למדרגה נמוכה (באומללות יחסי אין).
פוטנציאל לטיפוח מיוחד וייחודיות (הן לחלבות לקונפורמיזציה, התבגרות הבאות ילדים, התחייבות ברכישת דירה)
פוטנציאל לפלישה לפרטיות, חשיפת מגעים הגנה ומסיכות של "רעננות" של הנשמה. (מיתוס לכן חוכמה ויכולת תגובה)
פולד. מחוסר יציבות ומהפכנות הקמה התחברות בתקבות האלה.
ג'ייני רואה סתירה בין הקביעה שנשים מנצלות וטורפות (מבחינה מסקנות של היחסים) לבין נטייתי לבחירות מלאיקה ולחבריה
פסיכולוגית (תשתית רגשית). הסבר אפשרי: נשים מנצלות התשתית הרגשית לצורך צרכם העסקה.
כשמוחלים אותי "למה" - אני מפרט סדרת סיבות אבל איני מתאר תחושות או רגשות.
כשאומרתי לג'יני שאני יודע כמה מצבי חמור מבחינה רגשית הוספתי "תקווה, אני לא מסגר". מדוע? כי רציתי שיאשר
שאני לא מסגר ואכן שם יותר דגשי גבולים (הדבר חומרת מצבי).
* חשוב לי לקבל אישור שמצבי חמור - כי זה מוכיח מעמד הרוחניות לעבר "הטוב הנותי" *
מה חשבתי? אוייה מול חבה גבוה של אושה באחסוך, תגובת חרדה. לב מתעורר.

* מדוע אני פוחד מאינטימיות, קרבה ונגיעות? קיים הפחד מהשתלטות והטמעות - אבל הוא לא חזק (מפני שאני מחשיב
את עצמי כאדם חזק). קיים פחד מאובדן שליטה, מפגיעות ומפגיעה ותלות. קיים גם חשש שאיני מספק מבחינה
רגשית: שכשיתקרבו אליי יגלו שאין לי כלל אימג' רגשי ולכן יוכלו לאהוב אותי. כמו כן קיים "אופקט הענב" - כשיתקרבו
יגלו שהכל פייק ולא אוחז. לא פלא שאני מסתדר עם נכים ואנשי שוליים, מגמגמים ולהטבאים - אני מלך, הכל לכולם,
שחקן מעולה שאינו קיים כלל. בהמצאות: אני פוחד שכאשר יתקרבו יגלו שאינני קיים כלל. *

* חשוב לי להאמין שאני אדם חזק. אני, אכן, עומד בנסיבות קשות ובאובדנים חריגים בהצלחה. תמיד אני מצליח
להשתקם. אני עושה טעות לי "אופקט התייר": הכל לא נשיך לי ולכן נוגע לי. אני תייר בארץ זרה, צופה בסרט.
כשנחשפתי רגשית, נבהלתי בצורה שסיכן את קיומי הפיסי: אמא שלי, התקופות שאחרי פרסום, אהבה ואובדן,
טיפול ומצב כוללים, גמרי. בסופו של דבר, כולם מבזים את הבנאדם שלהם ונוטשים אותי; גם אם זה מסוכן לאהוב *

<u>מקרה: תחושה רעה בישראל</u>

<u>לגבי</u>: כשאני נמצא במוסדות כוללניים (צבא, בית חולים, בית סוהר) אני חש טוב, בטוח, רגוע. אני חש שאיני
אחראי, שאיני נדרש להישגים ולמציאות. כך גם כשאני בחו"ל.

<u>לגבי</u>: במוסדות כוללניים אני מסתפק במועט, מוכן לעבוד בעיסוקים בסיסיים והשלמויות שונה מפריעה לי. כך גם בחו"ל.

<u>לגבי</u>: כשאני בארץ, אני חש תחושה של אובדן מיוחדות, השלמות בהמון וחושש מאוד מתחרות ומכישלון.

מדוע ההבדל בתחושות ובתגובות?

<u>תשובה</u>:

למוסדות כוללניים ובחו"ל יש מספר מאפיינים:

(א) שלילת זהות אוטונומית-קוגניטיבית של האינדיבידואל באמצעים חיצוניים (מגורים אחידים, מספרי אסיר,
מדים, דיאגנוזה טיפולית וכו"ב). מצב שבו מיוחדות נשללת מהסתייגות למימוש (מסתורי).

(ב) לאנשים במוסדות כוללניים אין עבר ואין עתיד. הם חיים בהווה הנצחי.

(ג) תנאי הפתיחה של כל האנשים במוסד כוללני זהים לחלוטין. אין יתרון יחסי, אין שיפוט ערכי,
אין דירוג ("שווה יותר או פחות"), אין תחרות, אין רגשי נחיתות או עליונות (מגדר).

(ד) במוסד כוללני אין מסגרת התייחסות או השוואה שבאמצעותה תחושות של כישלון או נחיתות.

(ה) הדיוק המתחייב בסנקציות מראש ומאפשר התנהגויות הרסניות או לא-מציאותיות. מתחייבת
מודעות גבוהה למציאות. חבלה עצמית מסתיימת בסנקציות חמורות בהרבה מהרגיל.

במוסד כוללני, אני יכול להיות כישלון יחסי לסביבתי החדשה - וכך, כאמור, גם בחו"ל. הבחירה בסביבה החדשה
הינו, הנובע, רצונות ומניין נספר שאני בחרתי בכישלון. הכישלון נובע ממאפיינים חיצוניים שאינם בשליטתי. כך, למשל,
בחו"ל: אני מהגר, חסר תשתית חברתית, מוגבל מבחינת ידע השפה, מבחינת נגישות לכספים ולמשאבים וכיו"ב.
לכן, קל לי <u>שלא</u> להתחרות ולהפנים את כישלונותיי במוסד כוללני או בחו"ל.

בישראל, לעומת זאת, יש לי עבר עשיר. מצבי בהווה ביחס לעבר הוא מצב של כישלון מוחלט, מקיף וחריף. הכישלון
כל כך חורר - כל כך שקשה לי שלא לראות את עצמי עם הכישלון ולקבוע שאני כישלון. קשה לי, בשל כך, "לשווק" את
עצמי (למוסיק, לאוהב). הקושי בפעולת השיווק:

(א) כתוצאה מהכישלון הטוטלי נפגע אמינות הדימוי העצמי (מרגיש "שאין לי מה למכור") וגם בשל ההשוואה לעבר

(ב) אני רואה בעצם פעולת השיווק נחיתות כבוד כי משתמעת ממנה הפקרות (כלומר: מצב של נחיתות ...

(ג) אני חושש מהסיכוי לדחייה ולכישלון בפעולת השיווק

(ד) אני רואה בפעולת השיווק שלילת כבוד ודהומניזציה. בעולם קר, מנוכר ולסקתי: אני לא מבחינים שאני מיוחד

(ה) אני מקנא בהצלחותיהם של אחרים ובאושרם ("בהצלחתם השיווקית")

התכונות האלו נעדרות כשאני במוסד כוללני או בחו"ל:

(א) הכישלון מוסבר בעמדת הפתיחה ובתנאי הפתיחה הנחותים והקשים - ואינו מופנם או מעיד על עצמי

(ב) גם פעולת השיווק קלה לי - בגלל הנחיתות המובנית את תוך המצב. מאחר שהנסיבות קשות ונחותות -
ברור שעליי לשווק את עצמי. ההפקרות חיצונית והנחיתות חיצונית - ולא פנימית.

(ג) אני יכול לייחס כל דחייה או כשלון בהשפעת השוק - לתכונות החיצוניים.

(3) פעולת השיווק כשלעצמה איננה דרמטית ושוללת כבוד. במוסד כולם (כמתנהג לא תוקף)

אינני אוהב ואין לי כבוד לעצמי. בחו"ל אני מיוחד ומסתורי אצלם ודתיים. אצלם סטטוס אחר.

(ה) אינני מקנא בהצלחותיהם של אחרים ובאישורם - אני מייחס זאת לתנאי פתיחה טובים יותר.

אבל, מדוע אני מתכחש עם כשלון?

(1) אובייקטיביות: כי בכישלונה בכל כך הרבה תחומים, כל כך הרבה פעמים, מספיק לי כבר זה.

(2) אסימטריה בביטוי הרגשות:

בצד הרציונלי - אני בונה להיות רגוע ביותר, להצליח.

בצד האפקט - אני לא בשל ופתולוגי. זה גורם לי להיות נחות ולהכשל.

הפתרון שמצאתי:

> באמצעות האפקט אני יוצר כשלון. כך אני מרגיש שאני <u>שולט בכשלון</u>
> ונשלו. רציתי - לא היה כשלון.
> אבל, זה מוקש:
> כיוון שאני יוצר את הכשלון - אני מרגיש שהכשלון נובע ממני (= חלק ממני)

סיכום: (1) במוסד כולם | בחו"ל אני יכול לייחס כשלון לתנאים סביבתיים חיצוניים

(2) בישראל אני כשלון ביחס לאחרים

(3) קל לי לשווק עצמי בחו"ל או במוסד כולם: כשלון נובע מתנאים חיצוניים, ההפקרות והנחיתות חיצוניות (לא פנימיות), אינני אוהב ואין לי כבוד לעצמי, אינני מקנא - ואין לי בעיה להיכשל ולטעות.

> מסקנה אופרטיבית: המעבר לחו"ל - עדיפות עליונה

<u>מקרה: אינטראקציה עם נשים - הרגשה בריאה</u>

עם אשה ניתן לקיים אינטראקציה במישור הרגשי (המוביל גם למישור הגופני)

או במישור הגופני בלבד

באינטראקציה במישור הרגשי אני חש: אינטימיות מיוחדת וייחודיות.

- פלישה לפרטיות ופגיעה במנגנוני הגנה?

שימוש לרעה במידע שנמצא וקריסת מנגנוני ההגנה (ביקורת פוגעת והרסנית)

דחייה (בכל דחייה יש רכיב של דחיית הרגשי, ובפרט אם הדחייה נובעת מאי התאמה.

נטייה כוללת שיפוט (דירוג השוואתי)

חוסר בלעדיות (מחויבות רגשית קרובה לפגי ותקוה אחרים)

[הרתעה בנושא חוסר הבלעדיות: תגובה של מעורבות רגשית (הייחוד בשלבים הראשונים) מושמעות טענות כמו: "לפני לפניך ולא אחריך לא היה כמוך" (=אתה מיוחד). למעשה, זו טענה שקרית ובהודה כי היא מושמעת שוב ושוב, לאחרים שונים.]

סיכוי גבוה לכשלון בגלל אישיותי הפתולוגית → כשלון ואיום על השוני ועל קיומי

סיכוי גבוה לכשלון בגלל התפוררות הקיומה החברתית ושינוי תפקידי המינים

באינטראקציה במישור הגופני אני חש: אובדן מיוחדות (בגלל חוסר הבלעדיות) - אם בא לטוהר המישור הרגשי.

באינטראקציה במישור הגופני, ללא מישור רגשי, אני חש נוח וטוב במקרים הבאים:

(א) אינטראקציה עם שותפה אנונימית (מין אנונימי) - למשל, במין קבוצתי:

(ב) אינטראקציה עם עצמי (מין עצמי) - למשל, באוננות.

לדעתי, אותו ענף ב- (ג) אינטראקציה עם שותפה קנויה (מין קנוי) - למשל, נערת ליווי

המשותף לשלושת המצבים: אין מחויבות לשותפה המינית. כסף אין לו מחוות וכך הדבר, כמובן, במין אנונימי.

כך נוצרת אובייקטיפיקציה ודה-הומניזציה של השותפה למין. מחפצים לא נדרשת בלעדיות - וכך נפתר הקונפליקט.

דוגמה: בנשואי אוכל במסעדה, אני אנונימי ומשלם בכסף. לא מעניין אותי מי אכל עם הצלחת ומי יאכל עם אחריי.

העמקה בנושא הבלעדיות:

הדרישה לבלעדיות השותף המיני-הרגשי יכולה להיות בעלת אופי מרחבי (בלעדיות בקשר מסוים, במקום מסוים ובזמן נתון) או בעלת אופי טמפורלי (בלעדיות בעבר ובעתיד).

חומר לרכיב הרגשי, יש רכיב של אישוש המיוחדות. בלעדיות של קשר עם אדם מקנה תחושת מיוחדות.

אבל מדוע שזו תהיה מיוחדות סטרילית? מדוע לא ייתכן שאני מיוחד לגמרי היום - ומחר יהיה מישהו אחר מיוחד לה?

מיוחדות פירושה הצמדה גבוהה בין שניים (ספציפיות, כמו באינדיבידואליות), לכן סביר שתתגלה הצמדה כזו, שוב ושוב, עם שותפים אחרים, אלא במקרים הבאים:

(א) חל שינוי באחד השותפים או בשניהם בתוצאה ובמידה שמבטלת את הספציפיות. השינוי יכול להיות מתפנים (אנדוגני) או מבחוץ (אקסוגני). שינוי כזה חייב לחול עם כל החלפת שותף.

(ב) השותף הבא בעל ספציפיות גבוהה יותר מהשותף הנוכחי.

(ג) הספציפיות יוצרת אצל אחד השותפים, או אצל שניהם, תשובות רגות (?) או תכונה כללית, שאינה מוגבלת לשותף מסוים.

(ד) הקשר לספציפיות שקרית. מערכת היחסים נשארת מסוקרנות ובהבחנות.

תנאי (ד) מתקיים תמיד באופן תבונים (א)-(ג) אינם מתקיימים.

> מסקנה אופרטיבית: להמנע מכל אינטראקציה במימד הרגשי עם נשים.
> המימד הגופני: (א) מין אנונימי וקבוצתי
> (ב) מין קנוי
> (ג) מין עצמי

עם בת זוג קבועה מתקיימים אותם אישורי אינטראקציה:

(א) חברות - המישור הזה אך לא כל הדיה, ההנחה שאמצא בת זוג מבטיחה. [פתיר]

(ב) מגורים יחד - אני רואה הבך פלישה לפרטיות וכרופה סבר וקני מידה התנהגותיים אחרים (גם במשרד, למשל). שנים ארוכות של מגורים בגפי קיבעו דפוסי התנהגות וקבלת החלטות שאינם מאפשרים מגורים יחד.

[בלתי פתיר] - [פתיר בקושי רב]

(ג) ילדים - אין בי כל מוטיבציה חיובית להבאת ילדים ויש בי רתיעה מהיבטים רבים של גידול ילדים (רעש, לחץ, תלות, סיכונים, מחויבות ארוכת טווח). קשה לי בלתי אפשרי למצוא אישה שתסכים לתנאי הזה.

[בלתי פתיר] - [פתיר בקושי עצום]

(ד) מין - קשה לי מאוד לקיים יחסי מין פוריה, מגוונים ומספקים עם אותה השותפה. תוך זמן קצר אני משתעמם ועקוק לגרויים. כיוון שמין הוא אצלי נקודה למשהו של הסבוך-תוקפנות לבגידה, שותפה שתסכים למין קבוצתי כאופציה קבוע של חיי המין שלנו - תפתור את הבעיה. אולם, שכזו נוצר קונפליקט חדש: אני רכושני ובלעדי ותגובתי להשתתפותה במין קבוצתי אינה ידועה מראש ומבחינתי כלשהו.

[פתיר בקושי רב]

כלומר: צריך למצוא שותפה שהחברות איתה תהיה נוחה לה תנאי מגורים ביחד קשים, ללא כל ביטוי של אישותה. שתהיה מוכנה להמנע מהבאת ילדים לעולם וכן מוכנה להשתתף במין קבוצתי (את אני אמור להבה). תיאורטית, יש אישה כזו - אולם, שהדרך אליה יהיה מאוד נוחות. אני שואג ההתבטלות לאמיתי והקרבה - לפה מה שיידרש ממנה. אני אוהב אותה, אוהב בה ואוהב אותה - עד שתמאס עלי שלה בתואמות אותה נטישה.

> בת הזוג היחידה שמתאימה לי היא כזו שאוהב אותה ואוהב עד שתמאס

> מסקנה אופרטיבית: להמנע מכל אינטראקציה במימד הרגשי עם נשים כדי להמנע מיצירת תלויות.
> המימד הגופני: (א) מין אנונימי וקבוצתי. (ב) מין קנוי. (ג) מין עצמי

גישה חווייתית (21.3)

תיאוריה: מצב של דיספוריה תמידית וניתוק ממגעים רגשיים באוכלוסיות שכלן. הבעיה: המנגנונים כוללים הורגעות
התרגעויות שגורמות למצבים חולפים. למשל: לא להיות בקשר עם נשים.
אני חש מאויים ולכן אני חווה "מכה מעטפת". מצב מניפולציה ואורח למנוע ביצוע מניפולציה בי.
אם הצירוף שלי גבוה ואני צריך לסבוב כדי להרגיש שאני חי.
אני "גיימן". אני בעסיסה. סכיזופרניים חווים חצי נפשות מתאבדים. יכול להיות שנמחק הטיפוס מתנדנד.
המצב שלי עצמו מתהפך. מצבי והמצבלות שלי.

מקרה: אני מתחלחל כשאני מדמיין פגישה אקראית שלי עם נעמי וקן. הוצאה החדש
מקרה: אני מתחלחל כשאני מדמיין את נעמי יוצאת מהבית ומלווה לחו"ל
לדעתי, יש חוט מקשר בין שתי התגובות הרגשיות האלה: סופיות ואישור.
סופיות - כרגע, שאני לא מקווה שנעמי תחזור בה ותרצה לנסות שוב. רציונלית, אין לי ספק שנוסבה (הבעלות של
מי שהיא, הבעלות שלה שעליתי על עצמי והבעלות שלה שעבדה בתקופת הפרידה). רגשית, אני צריך מאוד לאובייקט ונעמי
מייצגת פתרון כמין זה, קיצור דרך מהחוויות הכרות הבדיות והצבת יעדים. במקרה הנ"ל מהווים שאין סוטי לתפרה.
אני בתבונה של התמורה רגשית באוכלוסיות שכלן (מנגנון הגנה): מתלות באובייקט רגשי.
לכל תלות מתחלטת (חיפה לבד). בתקופת ההתמורה אני פגוע מהחוויה רגשית, לכן לא ננעה. מנגנון רגשי חלופי.
עקרי השכלן הם:

(א) תשובות רגש מציאות של בחירות מועילות. אתר התשובה הרגשה מציאות של אתר הבחירה המועילות.
(ב) בחיי ניתן להבחין בתשובות (תשובות רגש) בשני איסורים עיקריים:
(1) יחסים בינאישיים עם בנות זוג
(2) יחסים בינאישיים עם שותפים לעסקים ועם סביבת העסקים

מכיוון שבחרתי בחירות רגש אלה:
(א) שמבלי שהבטחתי בגרות רגשית וברגיעות נפשית, התחלתי במערכת יחסים עם נשים
(ב) שמבלי שהבטחתי בגרות רגשית, ברגיעות נפשית וקביעת סדר עדיפויות (מה אני אוהב לעשות - ומה לא)
התקשרתי בהתקשרויות עסקיות
המסקנה הובילה להתמורה באוכלוסיות שכלן - מנגנון הגנה של ספק יריבים:
(א) מניעה של כל אפשרות לפיתוח מלכות יחסים עם נשים: לא מין, לא מגע לימין, לא משפחה, לא טבעיות, לחיות לבד.
(ב) להתפרנס, במידת האפשר, ממקורות שבהם אני מקבל התחלות היחיד, אני כושל בבירור במסגרת מדרג
היררכי שהפרתי מובילה לבוטוניות סקציות קשות.
תוצאה: (1) סבל רגשי ואנרגיה לעיסוק בדברים שאני אוהב. זה גם חסם מפני נוקטים של הרס עצמי ומחטף את חוסר
האפשרות (במצבים הדכאוניים הקצה והארוכה) לחזור אל הבחירות הרעות. במלים אחרות: כיוון שכל זמני
הפנוי ישמש לעשיית דברים שאני אוהב (קריאה, כתיבה, אוספים, מחשבה) - לא יישאר לי זמן ליצור כל קשר עם
נשים ולפתח פעילות עסקית מעבר לבסיס, במישרין, לפרנסתי. להגו שינוי בסדר העדיפויות.
אישור - שני המקרים (ובמיוחד הראשון) מלמדים ש-:

(א) אני לא מיוחד כפי שאני סבור. קל למצוא לי תחליף. זה פוגע ומעליב ויכול לפגוע בשרידי הדימוי העצמי שלי.
(ב) אין כל בעיה רגשית להתנתק ממני, להפרד ממני; לא לראות אותי יותר. אינני קיים מבחינה רגשית
ואין בעיה להפרד ממי שאינו. תחושות אפסות, התאיינות. "לא רואים אותי". אני חש כאובייקט מנוצל.

(ג) אני מקנא בנעמי. היא עזבה אותי ברגעים הקשים, לקחה עמה רכוש, מצאה תמיכה רגשית ועבודה, חיה את
חייה ולא שיתפה אותי בהם (רק בטובה היתה שותפה). אני, לעומת זאת, נכבה, קשה לי להתפרנס, אין לי ולא
לא תהיה לי בת זוג, מין, משפחה, יחד, טבעיות, אהבה. זה לא טוב לי ורטוב לי. למרות שזה לא הגיוני - אני מאשים
את האחריות למצב הזה לעצמי (באופן חלקי, אופייני אוטוריטטיבי). אני כועס עליה ודוחה (=מחבקה) לחוש כלפיה כעס רב.
מתין לעשות הבחנות האלה:

(א) אינני דואג על כך שנעמי (על מכלול ספציפי של תכונות) תעזוב אותי –

אלא על כך שנעמי (שניתנת להחלפה בכל אחת) תעזוב אותי.

זה מאופיין נרקיסטי. התגובות הרגשיות מתייחסות לנזק העזיבה ואין צורך של שאדם מסוים ימצא זה.

אין בעיה בתחלופה מלאה (INTERCHANGEABILITY) של האובייקט הרגשי.

(ב) אין ספק שחייתי עם פנטזיה, עם אידיאליזציה, עם דמות מומצאת. "התאהבתי" של נעמי (שלא בטובתה):

תמימות ואמינות	שקרים והתחזות
אישיות רכה	חוצפה קשה
עצמאית ובוגרת מינית	תלותית ומבולבלת
תומכת בי בעת משבר	נוטשת ברגע המשבר הקריטי ביותר
אוהבת אותי	תלויה, מנוצלת, צריכה מפסיקים - סוג של אוהבת
אוהבת נקיון	שונאת נקיון

נעמי התאהבה בגלל הדמות המומצאת.

> מסקנה אופרטיבית: (*) להמנע מכל אינטראקציה עם נשים בכל המישורים
> (*) לצמצם חלק היום הרגש-אהבה לכדי פרופורציה מינימלית בשלב זה
> (*) להגדיל חלק היום המוקדש לעיסוקים אחרים

<u>שאלה: האם ההחלטה להמנע מכל מגע עם נשים, בכל המישורים - נובעת מאקט של הרס עצמי והענשה עצמית?</u>

באופן רגיל, הייתי מייחס החלטה לצמצם את עצמי להרס עצמי ולהענשה עצמית. אבל כאן יש גורמים המחייבים בחינה של התגובה האוטומטית הזו:

(א) בעבר היגעתי ממערכת יחסים אחת לשנייה - מאופיין נרקיסטי מובהק. הפעם נמנעתי מ"חברה לשנוך".

(ב) הפגיעה הרגשית הפעם היתה קשה בהרבה מהרגיל - אולי בשל הנסיבות (הצטברות אובדנים, פגיעה מוקדמת) ובולטת בכל ממדי האינטימיות, חוסר אונים וכו'): זה הוביל להחלטה "עמוקה" ולא "שטחית".

(ג) ההיכרות שלי עם עצמי עמוקה בהרבה. ברור לי שכל המימד הרגשי שלי פגום, שטוח ויש בו "חורים" רבים.

זה רק רציונלי להמנע ממעורבות רגשית, שתפתח שוב בקריסת המנגנון הרגשי. הדבר והכל-תגר שלי.

(ד) יחד עם החלטה "הרסנית" זו - קיבלתי גם החלטה "בונה": להקדיש חלק גדול מחיי לדברים שאני אוהב ואוהב לעשות. אני מסרב לייחס החלטה כזו לאינסטינקט של הרס עצמי.

<u>אבל מדוע בכל המישורים?</u>

ההבחנה (אצלי, לפחות) בין מין, אינטראקציה לא-רגשית ואינטראקציה רגשית מטושטשת מאוד. אני יכול להתאהב באשה שקיימתי אתה יחסי מין, באשה שדיברתי איתה ובאשה שחוויתי איתה סיטואציה משותפת. יש סיכון של התפתחות מעורבות רגשית בכל מגע. על כן יש להמנע מכל מגע.

כמו כל נרקיסיסט, אני מקסים וכריזמטי במגע הראשון ומתגלה כמחוסר רגשות או בעל רגשות שטוחים או קופאים בהמשך. זה מוביל לאכזבה קשה ולנטישה. נטישת האובייקט הרגשי היא איום על קיומי, כל עוד אני מחוסר כלים רגשיים להתמודדות (אין די כבר בכלים השכליים בגלל מגע שובר והולך עם רגשותיי).

<u>ומה בעתיד?</u>

התיאוריה, קבלת טיפול רציף תוביל לשיפור בתפקודים הרגשיים ובתפקוד הכללי. אבל מדובר בטיפול ממושך שתוצאותיו לא בטוחות וכרוכה חלקית. עם השלמת טיפול מוצלח יש לשקול מחדש הנושא בכללותו.

<u>פגישה שישית</u> (25.3)

ההפרדה בין אינטליגנציה לרגש מלאכותית: אם האינטליגנציה בשירות הרגש. גם היא משמשת בשירות מנגנוני ההגנה.

הטיפול קצר: אסור לפרק מנגנוני הגנה ואסור לחזק אותם.

פותח לאכזבה כיוון שהוא מניע ממלא את הפונקציה של "(=אוכפה) ומכאן שסיכוני קיים.

פותח שטום ד״יוני לא שם לב באופן מלא הוא יגלה באבחון ובטיפול.

7. ליה אביחנות

(*) הדגש שאני שם על בעיות הלקוחות נובע מכך שהוא אובייקט רגשי-היא פתרון אינסטנט נרקיסיסטי. אם היא תומכת, מלבבת וכו' היא ממלאת את תפקיד ספק ■ מחיצות הכרחיות שהוא קיבל בהפרעות אישיות נרקיסיסטית.

ניתן לסמוך מצד שני דברים:

(א) אשה מריאה בתפיסה ויציבה לא תרצה לחיות אתי ואם תרצה - לא תוכל. סגנון החיים שלי, רגשותיי - אקיצור, כל מה שמאופיין נרקיסיסט - מונעים אהבה תקפה, שיתוף אמיתי, אמפתיה והופכים את האשה לאובייקט להשלכות והשלכות הפעדות ולמקור הערצה (ADULATION). פה נתון כבסיס לבור אשה מודרנית ומשוחררת.

(ב) אני לא אוהב (ואם אוהב - לא אוכל) לחיות עם אשה בוגרת ומאותגרת. אני צריך לשלוט, פיחסי עליון-תחתון (מורה-תלמידה, גורו-תלמידה, אליל-מעריצה, מטפל-מטופלת, רופא-חולה, אב-בת, מבוגר-ילדה וכו"ב).

(*) כי הסיבה לכך שאני חש לא נוח בחברה של יחיד שהם האשה חדלה למלא את התפקידים הפונקציונליים והנחותים. אני עומד פני ליברל בעוד שהעלה אני שיב למטה היטב ואני נאמן הרשקיפות. לכן יש להוסיף את הקשות ברביה של הרגישות הנרקיסיסטית. שמרנות+קשוה=רכושנות ופחד נטישה מתגבר. פחד נטישה כמה לשוני לגרום.

כי להפגין הרגשויות מביסות (הכנעות) שיעודדו הקדמה של הנטישה וכך תחושה ש"שלטתי ותזמנתי" את הנטישה.

(*) גם פה אני שומר על חצות שקרית, שטבעת, רק בצורה חלקי, מתגובות הדרקה ואת הכחשה. החצות השקריות הללו הן קוהרנטיות, קונסיסטנטיות וחזקה ואורמת להצלחה מוחלטת של הסביבה. דפוס פעולה זה אינו מוגבל רק להתקרבות של קוגניציה - אלא גם להתקרבות של אופקט. אני מקדין אדם חם, רגיש, לאוהב, מתחשב, אומפתי - כשלמעשה אין לי שום עומק רגשי, אני מאוהב בבן הקסות, אני מאוד מרוכב בעצמי ואיני רגיש את שום לב לאחרים. הבטחות באישור העסקי, פלאיאוטים, שקרנות פתלוגית - הם כולם חלק מאותה התופעה: חצות מרשימה ומבטיחה שמתגלה כ"כפר פוטיומקין" ויוצרת מפח נפש רב, תלונה, עצבה, דיונות ואף אלימות מילולית (ומשפטים).

(*) מידת המאומץ שבודם מוכן להשקיע מעמשת אמת מידה אובייקטיבית למידת הענין שיש לו. לפי מבחן זה, אין לי כל ענין, או שיש לי ענין נמוך מאוד בדברים הבאים:

בסולם 1-10 (מידת הענין לפי מידת המאמץ שאני מוכן להשקיע):

1-3: חיצוניות אחר נשים (לכל מעלה שהיתה-מיטת, או הקמת משפחה).

התחשבות של קשרים עם בת זוג

קידום קריירה

צבירת רכוש שדרוש קשור להנאות

(*) נשים: מסוכן נרקיסיסטי (מקור אספקה נרקיסיסטי) הסכנה האשה המודרנית לסוכן אונטי-נרקיסיסטי

1. לנשים יש דברים שלהם אני זקוק: מבנה ביולוגי שבעזרתו אני יכול לקיים יחסי מין מוסבת רגשית וחברתית - רגשית שלא ניתן לקבל ממקורות אחרים.

2. הקקות פירושה בחיתות. הקקות מהוות הנוהלת פירושה אובדן מיוחדות. מכאן שהקקות לנשים פירושה בחיתות ואובדן מיוחדות גם יחד.

3. אני: מקנא בהן על שיש להן כח עודף עלי באישור הרגשי (באמצעות קשוה גדולה יותר בכל מי שמוין ממני (נשים). תוים לעליהן על שהן יוצרות בי הקקות, רגשי בחיתות ותחושות של אובדן מיוחדות.

4. מטרות אחרות: אני חייב לשווק את עצמי כדי "לכבות" אותן. כלומר: הן שופטות אותי מתוך עמדת עליונות.

יש להן את הכח לקבל, לדחות, או לנטוש. יש להן הכח לגרום לי כאב באמצעות דחיה או נטישה, ובמיוחד העלבן המודרני!

לה פוגע בתחושות האומניפוטנטיות. כי לה שאותם כל אותן - אורבים אני לעמדת כח, שיפוט והכרעה.

לסיכום: נשיה הן סוכן אנטי-נרקיסיסטי. הן חודרות ברויתן ומשקפות מצרה את האני האמיתי. הן בעלות עוצמה מולי.

יכולתן זו יוצרת תגובה רגשית חזקה: רגשי בחיתות בשל עליונתן (הנובעת מההקקות שלי) ושיפוטן

פגיעה בתחושות האומניפוטנטיות (יכולתן לגרום לי כאב)

קשוה במיומנות הרגשית שלהן

תחושות אובדן מיוחדות

פחד מהדימוי שהן יוצרות בי

פחד להתבזות (בזעמי, עלבון, מתחנף)

התחושות האלה מתמקדות באיברי המין של נשים ומופיעות גם בהרבה מאוחרת בנשים.

לכן שהקשר יחסי עם אשה

מסוכנות שיכולות למחוק את הפרופסורית שלי (האפשרות הנרקיסיסטית) יוצר איום חמור יותר!

(*) נותרתי במצב שבו אין לי מסגרות תמיכה והתייחסות שמהן אוכל לשאוב חיזוקים חיוביים או שאוכל להעדרות לתוכן אינטרסים ונוחות מן הסביבה וכך ליצור לי קונטינגנציות.

<u>משפחה</u> - משפחת המוצא התפרגמנטציה, בעייתית וקרה מבחינה רגשית, לא מסוגלת להעניק תמיכה אפקטיבית.

<u>משפחה</u> - משפחה משנית התפרקה תוך יצירת מצב משבר וסדרה ארוכה של חיזוקים שליליים מוקדם.

<u>עסקים</u> - סדרה רצופה של כשלונות והפסדים והתבססות על אנשי מרמה מגוונים. אין לי עסק כיום.

<u>כסף</u> - מצב כספי קשה ביותר (שלילי גדול). חובות ואיומים פוטנציאליים (הוצל"פ).

<u>עבודה</u> - מסגרת זמנית שבה אני מצוי בתת-ניצול של כישורים ויכולות.

<u>מדינה</u> - הורחקתי משירות מילואים ומערכות אכיפת החוק פעלו ופועלות נגדי באופן שהתוצאה = הורחקתי מהמדינה.

<u>חברה</u> - מוגדר כנוכל, רמאי ועבריין פלילי, מנודה, מוקצה ומורחק מהחברה (למעט מספר חברים קרובים).

<u>לבר</u> - גם בשל העיוות אישיות וגם בשל נסיבות אובייקטיביות נפסק התפקוד במסגרת ההתייחסות הזו.

במצב של התפוררות מוחלטת של מסגרות התייחסות נוקטים שתי דרכים:

א. פנייה אל מערכת התייחסות חיצונית (דת, התמכרות, פשע, כתות וכיו"ב)

ב. פנייה אל העצמי, פנימה.

<u>חיצונית</u> - אינני מסוגל להתמסר למערכת התייחסות חיצונית.

<u>עצמי</u> - אני בעל הפרעת אישיות שאינה מאפשרת לי "לסמוך" על עצמי כעל מסגרת התייחסות. המידע שאני שואב מעצמי לקוי. הרגשותיים מעולים ומטעים. התוצאות של שימוש במסגרת ההתייחסות "עצמי": קשות ומובילות אותי להרס עצמי.

אני בודד, אבוד, ללא כל מסגרת התייחסות. משום כך = מצב נדיר מאוד של תלישות טראומטית.

לכן אני חש, באופן תמידי, כמו בחלום: מנותק, צף, לא שייך, לא אמיתי.

הדרך להתמודד: בניית סדרות של חיזוקים חיוביים, שעם הזמן יסייעו ליצירת מסגרות התייחסות

קבלת סדרות של חיזוקים שליליים שיתורגמו להעבודות של מסגרות ההתייחסות

חיזוקים
חיצוניים | חיוביים
פנימיים | שליליים

כיום, ניתן להשיג חיזוקים מכל הסוגים (חיוביים ושליליים) במישורים הבאים:

מסגרת התייחסות כלכלית:
- עבודה - לפנות למוסיקאים פוטנציאליים בכתב ולמפות את התגובות
- עסקים - לאתר הזדמנויות או הזדמנויות עסקיות, להכין תכנית עסקים, לגייס הון
- כסף - למצוא שיטות לעשיית כסף או לקבלת הלוואות/אשראי ← עבודה/עסקים

<u>מעשית</u>: (א) להשיג כתבי יד/סינופסיס בקרב מוציאים לאור

(ב) לפנות בכתב למוסיקאים פוטנציאליים

(ג) ללמוד היטב את נושא האינטרנט

(*) מגרים שאני הבחנתי בו לאחרונה במתכונת של התקינה באופן הבסיסי-הרגשי שלי. כנרקיסיסט אני חייב להרגיש מיוחד. אני מקנא במיוחדים, במצליחים, בעשירים, במפורסמים, במיומנים רגשית, במי שיש להם (לא משנה מה). אני מקנא בנשים (ר' הסבר לעיל). אני נמנע ממגע כי אני מקנא ומקנא כי אני נמנע ממגע.

<u>הנרקיסיסט</u>

הדינמיקה הפסיכולוגית: הנרקיסיסט מאוהב בעצמו, אינו אוהב (אינו מסוגל לאהוב) אחרים. כך הוא מציג עצמו. מבחינה דינמית: אינו אוהב עצמו, אלא מבקש להעניק דמות של עצמו שלמה הוא יכול לחיות ושתהיה לו כבמה והעדפה מאחרים כל עוד הוא מצליח לשמר אותה. למעשה, הנרקיסיסט אינו בקשר עם מי <u>שהוא</u> באמת. ה"עצמי" שלו מורכב (מורכב לדיוקן שאינו הוא מצטבר). כך "העצמי" שהנרקיסיסט מתאר כשונה וכתוצאה מכך, כמו שעשיתי 'אני קודם' וכתוב 'רק אני' לאנשים הוא לא רגיש בעולמו המאוד לצרכי האחרים שלו.

הנרקיסיסט לצאת בעולם (Sincerely). הוא לוקח כמובן מאליו את צרכי העצמי וחש שמגיעות לו תשבחות מאחרים וכן סטטוס מיוחד פשוט מפני שהוא מי ומה שהוא. לעתים יש בסיס קשוב ליעדים בו. לעתים קרובות הנרקיסיסט נחשב ובעל הישגים, נעשים מחבבים אותו ופונים אליו לעצות. הוא אישיות דינמית ומצליח בעיסוק. דבר אינו מנטרל אותו, לרבות שימוש באנשים אחרים לצרכיו או הדחייה והתחזות שעושים לדיות מופנים כלפי בסופו של דבר.

קשה לנרקיסיסט לסבול אפילו ביקורת קלה והוא עשוי לפתוח אי הסכמה גם כשהיא אינה (DISAPPROVAL).

השער שמאל-משמעותי: נטייה לשמירה במצבי רוח שלו (DEMURE) ובקשה לעזרה הלא נעשית לא כל פרובוקציה קטנה.
התנגדות של אי הסכמה פשוטה אין די בה לנרקיסיסט. הוא חייב לקבל מילולית את המבקר כולו עד שהוא נגמר.
האישיות הנרקיסיסטית משתמשת, מתלוננת, באשמים לחשוף הדימוי העצמי ומקבל להם לא יכול כשהם משתמשים מולה בו.
אולם כשמשתמש - לא משנה עד כמה לא בכוונה - גורם לנרקיסיסט לפקפק לרגע בערך העצמי, הוא הופך מיידית למושא
של תגובה חמור. ● מעברים מהירים כשולה מהלכת יותר לפיחות (דה-אידיאליזציה) מוחלט של אחרים. הופך קיום יחסים
בין-אישיים לטווח ארוך לבלתי אפשרי.

ב-1977 היו הקריטריה של DSM-III :

(א) הערכה עצמית מנופחת (הפגנת הישגים ובכשרונותיו, מפגין בטחון עצמי יומרני)
(ב) ניצול בין-אישי (משתמש באחרים לסיפוק תשוקות, מצפה לטובות מבלי לקבל על עצמו מחויבויות הדדיות).
(ג) דמיון מתרחב - EXPANSIVE. מתבצר בפנטזיות לא בוגרות ולא מחושבות, prevaricates to redeem self-illusions)
(ד) supercilious imperturbability (מלבד כשמתערער הבטחון הנרקיסיסטי, נון-שלנטי, לא מתרשם, קר רוח)
(ה) מצפון חברתי לקוי (מורד במוסכמות של קיום חברתי משותף, אינו מתחשב באינטגריטי אישי ואת צרכיהם של אחרים).

מה גורם להם להיות נצלן ולפעול ללא רחמים (Ruthlessly) כלפי אחרים ובעוצמה הזאת. לסבול מחוסר בטחון
כרוני ומחוסר סיפוק?

פרויד: איד, אגו וסופראגו. הנרקיסיסטים נשלטים על ידי כך ש"האגו" שלהם ולסופראגו יש עליהם השפעה מועטה.
בתחילה חשב על כך כשלב התפתחות נורמלי בין אוטואירוטיות ואהבה לאובייקט. לבסוף הסיק שהתהליך יכול להפסק
(THWARTED) תוך כדי מאורעות הגורם לחסום אהבת אובייקט. הגורם נכשל בגבולה מלבד לשלב אהבת עצמי בהתפתחות (יתקע)
הטיפוס הזה כשהוא פונה לעצמו כאובייקט האהבה, במקום לאחר.
התפתחות כזו בעצמי נובעת מויתור של הילד על מתן אמון באחרים, כשההורים לא נענים לצרכיו. לכן הוא נותן אמון ואהבה רק את עצמו.
אחרים משמעותיים היו לא עקביים בקבלתם את הילד הצעיר ושמו אותו לא רק כדי לספק את צרכיהם כשהם מתעלמים
ממנו כשצרכים אותו לא היו קיימים. הילד למד להתעלם מהאחרים ממשפחה כדי להתמודד מבחייה.

בגובה נקשר קיומי לא ההורים הכרחי בעיבוד עם המצב הנרקיסיסטי הראשוני. את ההורים היו נרקיסיסטים ומנעו מהילד את סיפוק
צרכיו, הוא יגדל שאינו יותר מאמצעי לתת סיפוק להורים. זה יוביל להתפתחות מלוותה של האגו, קשר תלותי באווירה מוצגת לא
ההורים וקבלתם ונטיות אורליות מודגשות. הילד ירגיש אבוד, חסר ישע ובודד. כדי לשקם את החסך מיחסי הילד-הורה, יש פירוק
(DEFUSED) של התחושות/הרגשות הליבידינליים והאגרסיביים. הסופראגו הופך להורה-ילד סדיסטי שעובר אידיאליזציה והאגו
הופך להורה-ילד שנוא ומפוחד.
גם קרנברג אינו מסכים לא בהגיון שקודם יש ליבידו נרקיסיסטי ואח"כ ליבידו של אובייקט. ההתפתחות של נרקיסיזם נורמלי ופתולוגי
קשורה ליחס שבין "יצוגי העצמי" ל"יצוגי האובייקט" ולאובייקטים חיצוניים וכן גם קונפליקטים אינסטינקטואליים הקשורים הן לליבידו והן
לתוקפנות. מושג העצמי של קרנברג קשור למושג האגו של פרויד: העצמי הוא מבנה תוך נפשי כהשפעה מתמידה על תפקוד נפשי.
לכן, נרקיסיזם פתולוגי משקף השקעה ליבידינלית במבנה עצמי פתולוגי ולא במבנה עצמי נורמלי ואינטגרטיבי. הנרקיסיסט סובל, כנראה,
מעצמי מופרד או מקובע תוקפנות. יחסי האובייקט מנותקים או מדיסוציאציה, מודחקים, או מושלכים. נרקיסיזם אינו רק קבעון של
שלב מוקדם בהתפתחות או כשלון של מבנים תוך נפשיים להתפתח. הוא השקעה ליבידינלית במבנה עצמי מעוות.
קוהוט ראה בנרקיסיזם תוצר סופי: מובהק של ההורים ומאמציהם הכושלים להתמודד עם צרכי האידיאליזציה והגרנדיוזיות של הילד.
הוא רואה באידיאליזציה נטייה חשובה לנרקיסיזם ולהתפתחות. המיזוג של ההיבטים של דמות (IMAGO) ההורה שעברו אידיאליזציה
עם אותם מצבים רגשיים של דמות ההורה which are cathected w/object libido מסייע השפעה חזקה וחשובה על תהליכי
ההפנמה (מחדש) הנכונים לכל שלב וכך על בניית שני מבנים עיקריים קבועים של האישיות: (א) המרקם הבסיסי המוגדר של הנפש
(psyche) (ב) בסופראגו האידיאלי שבהם יש קתקסיס נרקיסיסטי אינסטינקטואלי מובהק.
הילד עושה אידיאליזציה להורה. ככל שהוא מבחין במגבלות ההורה והחסרונותיו, הילד עשוי למשוך חזרה חלק מן ה-
idealizing libido מדמויות ההורים והסופראגו מתפתח בהצלחה. אך המצפון הנרקיסיסטי עובר טראומה מעכבת התפתחות
הילד - לפחות עד להפנמה מחדש של דמות ההורה האידיאלית: ● חסכים טראומטיים ואובדני אובייקטים עד לתקופה האדיפלית
והתמשכה (ובמידה פחותה בלטנטיות והתבגרות) ואכזבות טראומטיות מאובייקטים לשמים להפתעה בחומרה בהגייה הבסיסית
של המכשור הנפשי עצמו. יש 6 קבוצות של הפרעות המובילות להתפתחות. NPD:

1. הפרעה מוקדמת מאוד ביחסים עם האובייקט האידיאלי, מובילה לתחושה מאיימת כללית - מחסום ... פגום או בעל תפקוד
לקוי - המובילה ביכולת הנפש לשמור על הומיאוסטזיס נרקיסיסטי בסיסי של האישיות. אישיות כזו סובלת מפגיעות
נרקיסיסטית פגועה (דיפוזיבית).
2. הפרעה מאוחרת יותר - אבל עדיין פרה אדיפלית - טראומטית ביחסים עם האובייקט האידיאלי (או במיוחד אובדנה טראומטית
ממנו) פוגעת בביסוס הפרה-אדיפלי של המוקד הבסיסי של שליטה בדחפים, תיעול דחפים ונטרול הדחפים של המכשור
הנפשי. מובילה לרסקסואליזציה של נטיות דחפים וכן של קונפליקטים פנימיים וחיצוניים (לרוב בצורת פנטזיות או
מעשים סוטים) - ההתגלות הסימפטומטית של פגם מבני זה.
3. הפרעה המעכבת בשלב האדיפלי (והמבנה המתייחסת לאובייקט אינדיבידואלי של השלב הפרה-אדיפלי המאוחר והאדיפלי)
או אופלה בתמיסת הסטגליות, ... המוקדים החיצוניים האידיאליים חלקית של האובייקט המופנם לה מקרוב נגרם טראומטית -
אידיאליזציית הסופראגו לא תושלם. אף שהאגו יהיו לרכים ותקינים - יחפש תמיד במוות אידיאליות חיצוניות מהן
ישאף לקבל את האישור והמחיאות שהסופראגו האידיאלי באידה בלתי מספקת שלו, אינו יכול לספק.
כולם מסכימים שבנקודה קריטית כלשהי בהתפתחות הפסיכולוגית של הילד, יש אובדן (אמיתי או נתפס) שגורם לילד
לפנות פנימה להזנה (NURTURING) ולקבלת סיפוק (גרטיפיקציה). הילד חדל לתת אמון (לתלות) באחרים, לפתח
אהבת אובייקט או אידיאליזציה של אדם אחר.
הילד גדל בתחושה שרק הוא יכול לספק את צרכיו הרגשיים (שאנשים אחרים אינם אמינים ומוכשרים למענה זה.
הוא משתמש באנשים, בלי כוונה אך ללא רחמים ומצפונים, כדי להשיג איזשהו שהוא, אוכן, מחזיק בשרטוט דיוקנו
העצמי הגרנדיוזי.
רוב הנרקיסיסטים אינם מחפשים טיפול אלא אם יש משבר רציני בדימויים התפס (כשלון עסקי, משבר). לאחר מכן צריכה להתפתח
מוטו כדי שיפנה לטיפול. גם אז הוא שומר על מרחק מבוא ריגשי מהתרפיסט. מתנגד לחקירה ומציג בעלבון לרמזים על
ליקויים או פגמים בו. הסיכוי הטוב הוא האפשר לקחת לאט תשומת לב בה. לה יאופשר לו ללכת בתהליך ההדרגתי הרצוי.
אבל דיבורים אינם מאפשרים להגיע לשורש הבעיה.

סיכום: הגדרת הנרקיסיסט (הפרעת האישיות הנרקיסיסטית - NPD)

דפוס חודר כל של גרנדיוזיות (בפנטזיה או בהתנהגות), צורך בהערצה וחוסר אמפתיה
המתחיל בבגרות המוקדמת ונוכח במגוון הקשרים. (לפחות 5 מהסימנים הבאים):
(1) בעל חוש גרנדיוזי של חשיבות עצמית (למשל: מגזים בהישגיו ובכשרונותיו, מצפה להיות מוכר כעליון
בלי הישגים מתאימים)
(2) עסוק בפנטזיות של הצלחה, כח, מבריקות, יופי בלתי מוגבלים או אהבה אידיאלית
(3) מאמין שהוא "מיוחד" וייחודי ורק אנשים (או מוסדות) מיוחדים ובעלי מעמד גבוה יכולים להבינו
(או שרק עמם ראוי להיות קשור)
(4) דורש הערצה חורגת
(5) חש שמגיע לו - ציפיות בלתי סבירות לקבלת טיפול טוב במיוחד או לציות אוטומטי לציפיותיו.
(6) נצלן ביחסיו הבין אישיים, מנצל אחרים להשגת מטרותיו
(7) חסר אמפתיה: אינו מסוגל להכיר ברגשותיהם ובצרכיהם של אחרים או להזדהות עימם.
(8) מקנא באחרים או מאמין שאחרים מקנאים בו
(9) מפגין התנהגויות או התייחסות שחצניות, יהירות - HAUGHTY.

מה הקשר בין החשש מאינטימיות לסיפור המיוחדות?

השגת אינטימיות פוגעת בתחושת המיוחדות בכמה צורות בו-זמנית:
(א) אינטימיות פירושה ידיעה ובעיות של מידע חסוי, אישי. אבל נשמט ונשלל יסוד הפלאיות הנובע ממידע מוגבל
וכן נשלל יסוד המיסתורין הנובע ממידע חסר. פלאיות ומיסתורין הם חלק ממיוחדות.
(ב) השגת אינטימיות מאפיינת את כל בני האדם. זהו אקט המוני. ההמוניות שוללת מיוחדות.
(ג) כל אדם, בדמה האינטימיות, מיוחד: כשמכירים אדם לעומק מגלים את האידיוסינקרטיות שלו, את מה שהופך

אותו למינהו: אוקט שהופך כל אחד למיוחד - מבטל מיוחדות.

(3) עצם תהליך האינטימיזציה יוצר תחושות (שקריות) של מיוחדות. שני בני-אדם שלומדים להכיר זה את זה
אינטימיות חשים שהם עוברים תהליך שמייחד ומבדל אותם זה מול זה (אהבה) ושניהם מול העולם
(עד למצב של פוסט 10-13). השקריות טמונה בכך שזהו תהליך אוניברסלי שתוצאותיו ידועות מראש.

לסיכום: אינטימיות היא תהליך אוניברסלי שתוצאותיו צפויות מראש ואחידות (=ביטול מיוחדות)
התהליך הזה הופך כל אחד למובדל וכן למיוחד (=ביטול מיוחדות כי כל אחד מובדל)
זהו אוקט המוני (המוניות שוללת מיוחדות)
בתהליך זה נשמט הבסיס למיוחדות: אסימטריה של מידע, עליונות, מיסתורין.

עם מי מבנות זוגי הייתי אינטימי?

עם אף אחת. לכולן סיפרתי שקרים ביחס לעברי (המוסר), לעיסוקי (התחביבות), להיסטוריה שלי (IQ); לרגשותי (אישה פלדה). בקיצור: לכולן נתתי מידע שקרי ביחס לכל מישור חשוב של הקיום שלי.
לכן ברור שמדובר במצב של חוסר אינטימיות - אולי במצב של דיסאינטימיזציה ודיסאינפורמציה שנועדה לשמור על מיסוך, בידול, עליונות, אסימטריה של מידע, מיסתורין - בקיצור: על מיוחדות.
גם בתרפיה אני משקר ומשתמש בשפה מקצועית כדי לעשות "אובייקטיביזציה" של המצב ולנתק אותו ממני.
כל המצבים האינטימיים מאיימים על המיוחדות שלי.

הערה על התרבות המערבית

15 4 +

כבר נאמר שהתרבות המערבית היא נרקיסיסטית.
גברים ונשים בתרבות המערבית רואים בבני זוגם אמצעים להשגת מטרות ושאיפות. זהו יסוד קוגניטיבי.
וכן בר כמות ומדידה. וכן בר השוואה. וכן ניתן למיפוי לקבוצות של פעולות ומעשים.
לרגשות אין תכונות כאלה.
כל אחד נמצא במצב של "תמיכות קבועה": גם כשהוא חשק מאוד. בכל רגע נמדד מפלס סיפוק הצרכים אצל

מפלס החסכים. גם כשהמאזן חיובי אין זו ערובה להמשך קיום היחסים. תמיד יכול לבוא מישהו שיציע פוטנציאל למפלס גבוה יותר. תמיד "יתכן" להחליף לתפוס מפלס גבוה יותר של סיפוק צרכים.
דוגמאות: שמואל מספק לנעמי 5 מתוך 10 צרכים חשובים. הוא מתסכל אותה ב-2 צרכים. המאזן: 3+ צרכים.
זהו מאזן חיובי. אבל יש רגשות תקפים חיוביים במהלך הזוגי שמקרין צריכה הזוגיות להישאר.
אולם שמואל לקראת הזוגיות מתייצב לקראת הקמיעות הקבועה.
נעמי יכולה להחליף שהיא מחפשת מאזן של 5+ (גם שהיא יכולה לפגוש מישהו המייצג מאזן פוטנציאלי כזה).
היא לא תהסס לפרק המסגרת הזוגית כדי להשיג המאזן הטוב יותר. היא נמצאת בשוק קבוע לפני בני אחרים.
הרגשות שיש לה כלפי שמואל נגזרים מן המאזן והמאזן הזה הוא עקרוני, נגזר-צרכים, נרקיסיסטים, נצלניים.
אולם, מה הפעילויות התנהגות של מקסימיזציה?
נעמי מבקשת לעשות מקסימיזציה של "רווחיה" מן הזוגיות. אולם הזוגיות היא מצב של אופטימיזציה ולא של מקסימיזציה. תהליך של מקסימיזציה הוא אינסופי במובנים אנושיים (הזמן העומד לרשותנו מוגבל מאוד וכמות הפוטנציאלים הרגשיים אינסופית, מתחיינו) - זהו חיפוש בלתי פוסק. המולדה יציבות ומתחושה מביא אותו לקצו.
לו האנרגיות המושקעות בחיפוש היו מושקעות בבניית הקשר הזוגי (שם המאזן חיובי, כמובן - זה תנאי בל יעבור) יתכן שהיינו מגיעים למונח התוצאות.
אופטימיזציה, פלומת תכונות, כוללת התחשבות באילוצים להיות איזון סופיות הקיום האנושי. זהו תהליך מחייב יציבות, מחייב השקעה בקשר הזוגי ומפחית חיפושים.
קשר זוגי אמור להקדיש בחירה באחר-משמעותי. אם כל בן זוג יכול לספק אותם הצרכים אז לא מדובר באחרים משמעותיים. זהו INTERCHANGEABILITY. פירושה שהאחר נתפס כאובייקט שתפקידו סיפוק צרכים. הוא נתפס רק דרך מימד סיפוק הצרכים וכל מהותו, כל המימדים האחרים באישיותו, הופכים לשוליים. אין ללו ערך להחליפו.
כל אחד יכול לספק צרכים אלה ואחרים. כל אחד הוא תחליף לכל אחד: כמיעוט קבועה.

הרחבה על התמורה נרכחית באמצעות שילון

[סיכום חומר קודם] בעיה בהוגה: תגובה רגשית קשה לכך שנעלמי תמצאו בן זוג / או הרב לחו"ל

פתרונות אפליטיים: (א) נעלמי מקור נרקיסטי כמין ויחיד (בעל המשפחה) ומהיר (מקור אספקה סמים ישן/מוכר)

(ב) אני לומד מתפלות באובייקט רגשי אלוי תפלות מוחשית (העיקר המאמות ונשים)

(ג) אני לומד שינוי הספר לדיפוזיות לכבר לסיפוקים שאני אוהב

בן זוג חדש/חילו ← (ד) אני לומד מיוחד: לא לתמצאו לי תחליף. אני אובייקט. = התמיינות נרקיסטית

הווה: טוב לה רגע ← (ה) אופני חיים רגשית - אין בעיה להתנתק ממני, להפרד = התמיינות רגשית

עתיד: יהיה לה טוב - לי לכן יהיה טוב לעולם ← (ו) קנאה בגעגועי, כעס לעיה וחרדה בגלל שני רגשות אלה עצבה על היותי נבגד

ושוב ← (א) אובדן מקור אספקה נרקיסטי כמין, יחיד ומהיר. פחד מחסר נרקיסטי.

יש, לפתשה, רגרסיה לגיל 18: חוסר מודעות מוחשית לכן או לנשים, חוסר תפלות מוחשית באובייקט רגשי, התמקדות בסיפוקים שאני אוהב בלבד. שני הבדלים שונים: (א) קשר הדוק עם המשפחה (ב) כורח בייצור הכנסה מינימלית כדי לקיים רמת מחיה מינימלית, התחשבה בחובות כבדים.

אבל הדפוס אותו דפוס: לימוק נייטרלי בשלות היום

לימוק אוהב בשלות הלילה

העדר אובייקט רגשי ורגשות.

לשחזור דפוס הוויית עלות לשווית להיות שתי תוצאות בלתי צפויות:

(א) נתק מחודש מהמשפחה תוך קונפליקטים לוים

(ב) באוחרונה נוצר מצב (קלוש) ביני לבין לולה הרגש שלי. כה יוצר לבה רב ובלסים. יצירת אני תפלות רגשית מחייבת יצירת נתק רגשי מחודש. הגם התהליך הפיך? הגם אפליה שוב לחוש, באומת ובתמים, שמץ של רגשות, או שהם צניחים לחסותין? הגם אני רוצה בכך? אני מאושר כשאני בא על סיפוקים נרקיסטיים. לה תחליף מצוין לרגשות, בשפה כה.

פחד מן העתיד = פחד מהעדר מקורות אספקה נרקיסטית (בת זוג - מבחירה / פרסום - מכורח)

(*) הפחד שלי מהעתיד אינו רציונלי. אין מדובר בפחד שלא אתפרנס, או שלא יהיה לי איפה לגור או מה לאכול, או שאשאר בלי חברים וכיו"ב. אני יודע היטב שהדברים האלה יסתדרו על הצד היותר טוב - לפחות כפי שהיו לפני המאסר. חיי לאחר המאסר יהיו משופרים לעומת חיי לפני המאסר: יצירה, טיפול נפשי, פחות חובות, העדרו של קשר זוגי מגביל, הוסר הדימוי במאסר והמתח הכרוך במשפט פלילי, היכרות מעמיקה יותר עם עצמי, חשיפה לפעילויות אהובות ומעשירות (קריאה, כתיבה), חברים.

אני אסתדר בעתיד וחיי יהיו משופרים בהרבה לעומת חיי לפני המאסר.

(*) החשש מהעתיד נובע מהעדר מקורות אספקה נרקיסטיים: העדר בת זוג והעדר פרסום.

שני מקורות אספקה נרקיסטית קיימים לאורך:

(1) ליתנות ופרסום עצמי, פרסום יצירות שלי - **פרסום** (ממלא פונקציה של אספקה נרקיסטית)

(2) אובייקט רגשי נרקיסטי - **בת זוג** (ממלאת פונקציות של אספקה נרקיסטית)

שני המקורות האלה נמצאים בסכנה:

(-) בת זוג כמקור אספקה נרקיסטית יוצרת תלות המסוכנת לקיומי.

בת זוג = סם מסוכן

אני בתהליך גמילה ממקור האספקה הנרקיסטי הזה, המסכן את חיי.

(-) מקור האספקה הנרקיסטית היחיד, אם כן, הוא הפרסום.

פרסום ניתן להשיג בכמה דרכים: 1. חשיפה אישית

2. יצירה ופעילות יצירתית

3. פרובוקציות

בת זוג, בהיותה סם מסוכן לחיי, אינה יכולה עוד לשמש מקור אספקה נרקיסטית. יש להשיג **פרסום** בכל דרך ובכל אמצעי - רצוי באמצעות יצירה, אך לא רק. זו מלחמה בכלום. אני נרקיסיסט. זו מחלה שהדפוס שלה ברור: אספקה נרקיסטית = הכרה בקיומי.

נעמי=שחזור מלא של יחסיי עם אמי

אם נעמי בעלת אישיות נרקיסיסטית. שניהן היו מקורות אספקה נרקיסיסטיים זו לזו.
יחסה אליי היה כאל אובייקט, ואמצעי לסיפוק צרכים. כשהפסקתי לספק צרכיה - נפרדה ממני.
הפעם הראשונה בחיי חשתי מה זה להיות אובייקט רגשי של נרקיסיסט. קשה לחוש "חסד" -
חסר "יחוד", נותן להחלפה, אמצעי בלבד.
כאן נשחזר מדויק של דפוס היחסים עם אמי ומכאן התוצאה הרגשית הנוראית (זה כפי אובדן) של תגובתי.
אם לאמי הייתי אובייקט רגשי ואמצעי לסיפוק צרכים נרקיסיסטיים (את היכולת להישגים ופרסום). אם היא נטשה
אותי כאשר חדלתי לספק את צרכיה.

שחזור יחסיי עם אמי באמצעות פרשת נעמי - גרם לי לחוות היחסים מחדש. זה מקור העצבות.

מה מקורות הדיספוריה/דיכאון שאני חש?

1. דיספוריה היא סימן נלווה וצד מבדל להפרעת אישיות נרקיסיסטית.
2. המקרה שלי מדובר בכ-8 דיספורי מופרע בפרציה של דכאון חריף מאוד, שנמשכים יום-יומיים.
3. בשיאו של כל התקף דכאוני יש מחשבות אובדניות ודימוי עצמי עלוב. (אובדנות)
4. רק הפרידה מנעמי הביאה אל התודעה את המצב הנפשי הזה - אך, למעשה, הוא מתמיד כבר שנים רבות.
5. בכל פעם שיש אובדן מקורות אספקה נרקיסיסטיים אני נקלע לדיספוריה-דכאון:

דוגמאות: מקרית-ים בין הגילאים 16 - 18 — פתרון: בריחה לצבא (גיוס מוקדם), בריחה לקיבוץ
מתל-אביב ב-1982 — פתרון: בריחה לעסקים בגין, בריחה למשפחה מאומצת (כהן)
מבלגיה ב-1983 — פתרון: בריחה לניו-יורק ולמשפחה מאומצת (הורס)
מתל-אביב ב-1986 — פתרון: בריחה למין ואוכל, בריחה לשגיות ואחר כך בריחה ללונדון
מלונדון ב-1987 — פתרון: בריחה לתל-אביב, בריחה לעוגיות, בריחה למין מרובה
מתל-אביב ב-1993 — פתרון: בריחה לעסקים "גבוהים"

6. נבנה את הסכימה בפרטי האובדנים קונספטואלית:

1977/9 — אובדן פרסום (הערצה) ומנ"פ — שינוי מסגרת ומקום גיאוגרפי (המנ"פ: משפחה וקרית-ים)
1982 — אובדן פרסום (הערצה) ומנ"פ — שינוי מסגרת ומקום גיאוגרפי (המנ"פ: ישראל)
1983 — העדר פרסום (הערצה) - מנ"פ — שינוי מקום גיאוגרפי (העדר מנ"פ)
1986 — העדר השגים, ואבנורמליות — יצירת נרמליות מדומה (יחסי מין, עוגיות-אינסטנט)
שינוי מסגרת ומקום גיאוגרפי.
1987 — העדר השגים, אובדן בת זוג — שינוי מסגרת ומקום גיאוגרפי
יצירת נרמליות מדומה (מין מרובה, עוגיות-אינסטנט)
1993 — העדר פרסום, העדר השגים — יצירת השגים מדומים (עסקים "גבוהים"). ונרמליות מדומה (עם בת הזוג ורכישת בית מגורים)
(כמעט) אובדן בת זוג — שינוי מסגרת.
1996 — העדר פרסום, העדר השגים, — יצירת נרמליות מדומה (עבודה, יצירתיות) (מנ"פ: ישראל)
ואבנורמליות, אובדן בת זוג ומנ"פ — (התבוננות) לשינוי מקום גיאוגרפי/שינוי מסגרת (למשל: תחומי עיסוק)

כמה הבחנות:

(1) יש אובדנה מקורות נרקיסיסטיים: פרסום (והערצה)
השגים (גם נתפים)
נרמליות וביטחון (כלכלי, חברתי וכו')
בת-זוג (חלק מהנרמליות ומההישגים - אך מקור נרקיסיסטי בפני עצמה)
מתפתחים ומוכללים במנ"פ

(2) רפרטואר התגובה מתפתח בהדרגה, אך קשיח למדי ומורכב מ-:
שינוי מסגרת ו/או מקום גיאוגרפי (שינוי)
יצירת נרמליות מדומה
יצירת השגים מדומים

(3) מעניין שהפרטאור התגובה אינו משקם מקורות עוספקה נרקיסטיים ואינו מוביל להם תחליפים.

מטרת הפרטאור התגובה היא "לבטל את המשמעות" (עקרות המשמעות), "חלשות הפסיקה" בשתי שיטות:

(א) שינוי משמעות או מקום = בריחה משימוש הכשלון ויצירת "אוליבי" להמסכן

הלדה מקורות האספקה הנרקיסטיים. זו בריחה פיזית.

(ב) יצירת מצב שקרי של עדמליות או של הישגים ובכך מצב שקרי של הלדבה,

הלדבה, או פרסום. גם זו בריחה, אבל נפשית ולא פיזית.

(4) מובן שאולה פתרונות כאניים בלבד שאינם מטפלים בשורש הבעיה: התמקקות הנרקיסטית, ב- NPD.

לכן, אני נידון לחזור שוב ושוב על אותם מעגלים של הלדה ובריחה.

(5) חברה לעניין הדיספוריה-דכאון: שלילת מקורות האספקה הנרקיסטיים יוצרת קונפליקט שמתבטא בהתרה ולבסוף

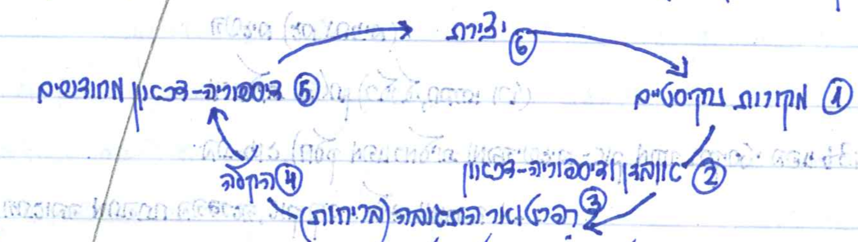
בדיספוריה-דכאון. הפרטאור התגובה "פותר" את הקונפליקט ומקל על התחושות האלו.

אך הפרטאור התגובה אינו פותר את הסיבה לתחושות האלו.

תמליים אחרות: הפרטאור התגובה מריגע, לזמן קצר, את תחושות הדיספוריה-דכאון אך מאוחר ושאינו יוצר

מקורות אספקה נרקיסטיים חלופיים לא עובר זמן רב ותחושות הדיספוריה-דכאון מתחדשות. הפתרון התגובה

היא יצירת מקורות אספקה נרקיסטיים חדשים. כאות עד למשבר הבא ושבלב מאובדנם.



נבדיל, אם כך, בין דיספוריה-דכאון של אובדן (מובילים לבריחה) ← מוכוון לעבר!

לבין דיספוריה-דכאון של מחסור (מובילים להעצמת מקורות אספקה נרקיסטיים) ← מוכוון לעתיד!

עד כה, מיינו שתי סיבות לדיספוריה-דכאון:

(1) אובדן מקורות נרקיסטיים: פרסום, בת זוג, מו"פ

(2) תחושת מחסור במקורות נרקיסטיים: פרסום, בת זוג, והעדר מו"פ. נוסיף כאן:

(3) אושר ברגשות לאחרים ושחזור יחסים מן העבר (ביירוח-וגוזל הולדית-עם הגוף).

מדוע גורמת שלילת מקורות אספקה נרקיסטיים לאושר ברגשות ולשחזור יחסים מן העבר?

כל מהות ההפרעה הנרקיסטית שווה מאשרת היחסים עם האם.

הגוף: התנהגה באורח לא עקבי ומתסכל ← בכך סיכלה התפתחות יחסי אמון והבטחון בטובת

נטישה מאחיזה רגשית ← וסייעה ליצירת פחדי נטישה ותחושה שהעולם מקום מסוכן ולא צפוי

שמשנה קול שלילי ומפחית (devaluating) שהופנם בסופר-אגו

↓ וגרמה לתיפוש מתמיד אחר דמויות שיתנו חיזוקים חיוביים ואישורים על מעשיות

("דמות" - יכולה להיות גם קהל של תצפיתות, כמו המושגת גם מפרסום בתקשורת)

גרמה לילד לפנות פנימה לצרכי התחזקות, סיפוק ואישור

↓ ובכך גרמה לראייה פעקביונית של הלולם ושל המולת (הרגשת כמאושר בלבד)

כל אובדן של מקור אספקה נרקיסטי משחזר, למעשה, את "אובדנה המוקדם של הגוף":

- אובדן כמו במצב בלתי-עקבי ומתסכל (למה הפסיקו לפרסם את כתבות? למה היא עזבה אותי אחרי שאומרה לי שהיא אוהבת אותי?)
- אובדן כמו במצב כנטישה וכאישור של הקול השלילי והמפחית שהפנים (אם כבר לא מתעניינים בי בעיתונות, סימן שאני אפס ולא מעניין, אם היא עזבה אותי: אני כשלון כאדם וכגבר ושגבריה בריאים ומוצלחים יותר יזכו בה)
- אובדן כמו גורם לנסיגה פנימה לצרכי התחזקות, סיפוק ואישור, כאן מתחילה הבעיה:

עם כל אובדן עוקב פוחתת היכולת הפנימית לספק חיזוק, סיפוק ואישור. פשוט יכולת ההכחשה והבדחקה, הראיה

והשקר, ההסוואה והעמדת הפנים מוגבלות ומגיע הרגע שבו שם הלעצמי מתרסק ונוצרת קריסה טוטלית

של הדימוי העצמי, הערך העצמי והאושרי האישי!

יישום המודל ל-1996

המשבר של 1996 היה חסר תקדים בחומרתו מבחינות רבות:

(1) כל המקורות הנרקיסיסטיים חרבו בבת אחת: פרסום, בת זוג, כסף, עסקים, מוניטין, משכורות (והלקוח עזב!), השתייכות, חברויות, מהות, חופש פעולה ותנועה

קריסה כזו והתאיינות של כל מקורות האספקה הנרקיסיסטיים ממש מסוכנת.

(2) נטישת בת הזוג שלי היתה שחזור מדויק - פיזי ולא רק מנטלי או פסיכולוגי = של: נטישת האם. בכך שוחזר, אותו לוח, הקונפליקט הבסיסי בחיי והתמוטטו הגנות רבות שבניתי בעמל רב כדי להתמודד איתו.

(3) בניגוד לעבר נהרס הדימוי הנפוח מאחר כזו שהפנימיות שלי לא הצליחה לעשות בו שימוש. הפנימיות שלי לא סיפקה לי יותר תמיכה, סיפוק, אישור ואישוש. זה נגד את המציאות.

> נותרתי בלי מקורות אספקה נרקיסיסטיים חיצוניים
> ובלי מקורות אספקה נרקיסיסטיים פנימיים
> כשאני מתמודד מול שחזור של הקונפליקט הבסיסי ומול אשר ברגשותי החשופים.

סכנה!

סיכום: אני חש שאני נתון בסכנה כיוון שאין לי כח לעסוק, לשחזר או להמציא מקורות אספקה נרקיסיסטיים חדשים.

אין לי כח כיוון ש-:

(א) איני מאמין עוד בעצמי, בהתנסויותי, באינטלקט, בכיוונים שבחר, ברגשותי ובדימוי הנפוח שלי. איני יודע מה אמת ומה שקר, מה בדיוני ומה חולה. אין לי מצפן פנימי. איני יודע מה כוחי ויכולותי.

(ב) אני מותקף מאוד ע"י הקונפליקט הרגשי שאני שחזר ושחזור האכזבה הטראומטית של הילדות.

(ג) עזבו לי שאני גבה (רגשית) ונכבבה יש מקורות רבים (עגיות, נשים, אין-סוף) שימנעו ממני. אני חש נחות שנקעו ב"בריונים והמינימום" רגשית ומינית.

(ד) נבוה לי שספתי יותר מדי ולוכי יצירת מקורות אספקה נרקיסיסטיים, אחרים לא טעימים יותר בגלל נבות רגשית.

מפולת הגנות

> חוסר אפשרות לשחזר מקורות אספקה נרקיסיסטיים:
> (א) העדר מצפן פנימי, אמון בעצמי, אומדן כוחי ויכולותי
> (ב) חולשה קשה בשל שחזור אכזבה טראומטית מהילדות
> (ג) עזבו לי שכבכבה רגשי יימנעו ממני מקורות רבים (נשים, בעיקר)
> אני חש נחות ומקופח.
> (ד) אובייקטיבית, שפתי עובדים רבים סיפית מקורות כאלה

סכנה!

לקח לעתיד

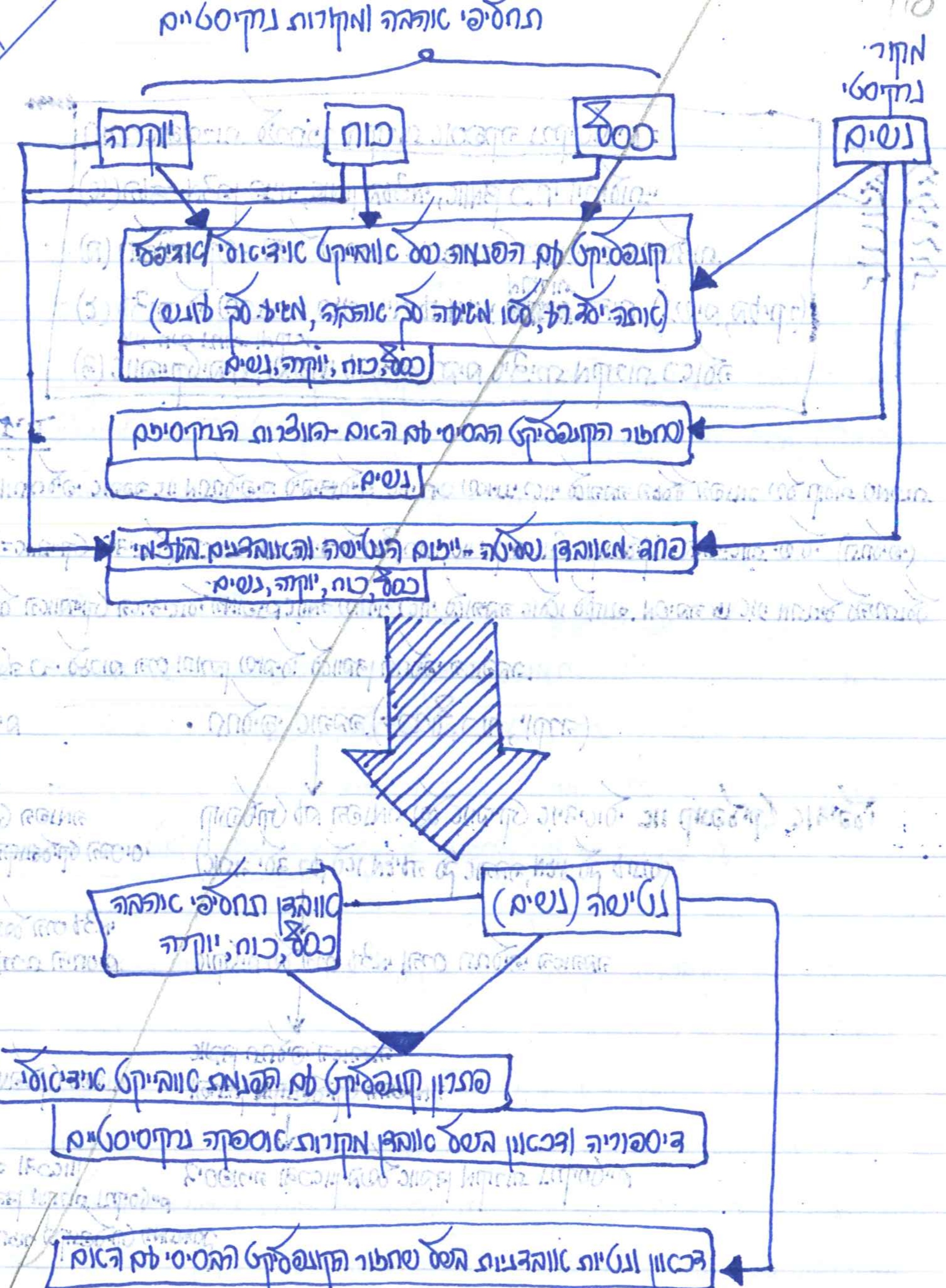
1) יש להימנע מתחליפי אהבה או מתחליפים סימבוליים. אני חש שאינני ראוי לאהבה בגלל הפגימה של קופות סמכות מהילדות (=אובייקט אינדיבידואלי). כשאני מגיע לכסף, כוח, או יוקרה נוצר קונפליקט: במציאות יש לי (תחליפי) אהבה אבל האובייקט האינדיבידואלי הפגום אומר שאינני ראוי לאהבה או לכל דבר. מסיבה זו אני מתחיל להשתמש ולאבד שליטה כדי לגרום הרס וחורבן שיביאו לאובדן תחליפי האהבה.

נשים
↓
קונפליקט הפגימה
שחזור הקונפליקט הבסיסי
↓
אוקטיב של הרס עצמי
והרס מערכת היחסים
↓
נטישה
פתרון קונפליקט הפגימה
↓
דיספוריה ודכאון
בשל אובדן מקורות נרקיסיסטיים
ובשל שחזור הקונפליקט המתמשך

• תחליפי אהבה (=כסף, כוח, יוקרה)
↓
קונפליקט עם הפגימה של אובייקט אינדיבידואלי **או קונפליקט אדיפלי**
(אותו ילד רע, לא מגיעה לך אהבה, מגיע לך עונש)
↓
אוקטיב של הרס עצמי והרס תחליפי האהבה
↓
אובדן תחליפי האהבה
ופתרון הקונפליקט הפגימה
↓
דיספוריה ודכאון בשל אובדן מקורות נרקיסיסטיים

רווח מבנה מאוחר מנוחר:

המודל הנרקיסיסטי



מסקנה: יש לשוב ולציין מקורות אספקה נרקיסיסטיים, שיותאמו לקיום מתמיד של קונפליקט!
נשים, כסף, כח ויוקרה הם מקורות אספקה נרקיסיסטיים שגויים ומסוכנים מאוד:
- יש להימנע מכל מגע עם נשים
- יש להימנע מצבירת כח ויוקרה מכל סוג
- יש להימנע ממגע בכסף ~~שאינו נעשה~~ או מטיפול בו

מקורות אספקה נרקיסיסטיים מומלצים ומותאמים למצבי קונפליקט (יציבים):
- כתיבה לסוגיה (יצירה)
- פרסום עצמי: (רצוי שיהיה תוצאה של הכתיבה)

הסיבה: בכתיבה ובפרסום לא ייתכן אובדן (בגלל חופש הביטוי ותרבות הרייטינג והסובלנות)

<u>הסבר</u>: לא ניתן לייצר מצב של אובדן או נטישה בכתיבה. כל עוד הטכניקה נכונה - התוכן שלה לא יוביל לאובדן או לנטישת קהל הקוראים. חופש הביטוי ועידן הסובלנות מאפשרים לכתוב כל דבר - ובלבד שיהיה כתוב היטב. אין סנקציות של אובדן או של נטישה. כתיבה = מקור נרקיסיסטי מתאים ויציב
כתיבה מותאמת למצבי קונפליקט (יציבים)

- בעידן הרייטינג והסובלנות גם לא ניתן לייצר נטישה או אובדן של פרטי המדיה. כל עוד יש עניין - הם ימשיכו לבוא.
- פרסום במדיה = מקור נרקיסיסטי מתאים ומותאם למצבי קונפליקט.

[מותאם למצבי קונפליקט = נובע ממצבי קונפליקט. מניב תוצאות חיוביות במצב קונפליקט]

כסף, כח, יוקרה ונשים נרכשים במצבי קונפליקט מתמשכים
כתיבה ופרסום במדיה ניזונים ממצבי קונפליקט מתמשכים

עד 1982 לא היה בדיוק המודל שהפעלתי והייתי לכוד בהצלחה מסחררת. חשתי מצוין (חסר קונפליקטים), מוקף הצלחה, ניזון מאספקה נרקיסיסטית בלתי נגמרת, סדירה ויציבה. ב-1982 החלפתי מקורות אספקה נרקיסיסטיים. במקום כתיבה ופרסום עברתי לכסף, כח, יוקרה ומאוחר יותר: נשים. נוצרו קונפליקטים, אובדנים וחסכים נרקיסיסטיים חמורים.

מודל A	מודל B
עד 1982	מ- 1982
עיסוק נייטרלי בשעות היום (פרנסה)	עיסוק בהשגת כסף, כח, יוקרה ונשים (מ-1985) ביום
כתיבה ומחקר } לילה	עיסוק נייטרלי בלילה (ביסלים, לימודים)
פעילות נרקיסטית } לילה	
⇩	⇩
העברת מקורות אספקה נרקיסטיים	דלדול מקורות אספקה נרקיסטיים
תשומות קונפליקטים אופטימליות	תשומות קונפליקטים מינימלית
פריון ויצירה	גיוון, דליכה, אובדנים, הרס, נטישה

1996 — חזרה למודל A / ביטול מודל B

[פעילות נרקיסטית = הופעות באמצעי התקשורת, הרצאות, פרסום כתבים, חוגים ומלדיים]

[לא כולל: כסף, כוח, יוקרה ונשים כאובייקט רגשי או מיני]

נשים = תכונות אנטי-נרקיסטיות

1) זורעות לסתור הקונפליקט הבסיסי עם הרגש וקונפליקט התשובה של האובייקט הפסיכולוגי (האובדה הטראומטית). [האהבה הן מלידות כוחות לנישה והרס לעצמי ובנוסף הן מעוררות יחסי עם ואמי.]
2) התרקות לאושה (מיניות רגשית) = למדת נחיתות } פעולות קשות בנרקיסיסט "המיוחד, השונה, העליון"
3) אוניברסליות התרקות לאושה = אובדן מיוחדות ונעלות }
4) אני מקנא בנשים על עוצמתן הרגשית (מיומנותן) ועל כוחן הנובע מכך (למשל, לגרום לי כאוב)
5) הן שופטות מחוץ (למדת לעומת) מקפלות, דוחות, נוטשות) - זה יוצר בי רצון למרוד, להתבכס אותן - זה פוגע בתחושת האומניפוטנטיות הנרקיסיסטית
6) חוסר הבלעדיות (מאורעה או הנאמן) יוצרת תחושת אובדן מיוחדות / חרדת ביצוע / אובדן היתרון / המצעת הקבועה
7) אני מקנא בגברים שיש להם אומנויות רגשיות ומיניות ואינם נכים אפקטיביים. ויש לי רגשי נחיתות.

עצמי עם גבר אחר | עצמי בחוץ

(הוכחה) — מוכיח שאני נכה רגשית - אותה היתה לצדי אותי → (הלם) (קנאה הבן טובה)

(חידוד) — נכה רגשית - אין לי עתיד עם נשים, קריירה, מין, משפחה → (כאב, עצב)

תגובה ראשית: נכות

כמו כן: (קנאה) - לה טוב, לי רע / לה יהיה טוב, לי יהיה רע

(כעס) - הפרה החוזה בינינו, נבגד בחוסר הגינות ובחוסר חברות

(חרדה) - בגלל הרגשות הגוברת

תגובה משנית: כעס

(אובדן מיוחדות) - יש לי תחליפים - (תחושת אובייקט)

(אינון רגשי) - קל להתנתק, להפרד ממני. אינני קיים רגשית.

עובדה: (רכושנות) - הדבר (היפה) הזה היה שלי, עכשיו של מישהו אחר

תגובה משנית רכושנית-נרקיסיסטית

↓

אובדן מקור נרקיסיסטי

רכושנות היא, בעיקרה, אובדן מיוחדות בכמה מישורים:

(א) ניתן למצוא לי תחליף בתוך שבועות שאני מיוחד לה. חדלתי להיות מיוחד לה ובעיניה.

(ב) דברים מיוחדים שהיו בינינו (אינטימיות, למשל) משוכפלים ומאבדים את מיוחדותם, או מופסקים כליל.

(ג) הדבר השתייכותה אלי התייחדתי. במובן מסוים, היא הגדירה (והייתה) את מימד המיוחדות שלי. בשלבה אל מישהו אחר - הוא הפך להיות מיוחד ואני חדלתי להיות מיוחד מבחינתה ומבחינת הנכס שהייתה.

סיכום:

היא מהווה הוכחה שאני נכה רגשית ואין לי עתיד עם נשים, מין ומשפחה
נשלל ממני מקור אספקה נרקיסטי = איבדתי המיוחדות ששאבתי ממנה
אני כועס עליה, מקנא בה וחרד מרגשותיי כלפיה - ומקנא בבן זוגה

נקודות לשחזור מקורות נרקיסיסטיים

כאמור, שתי קבוצות מותרות לשחזור מקורות ואספקה נרקיסיסטית: פרסום במדיה וכתיבה.

להלן, רשימת פעילויות שעשויות לשחזר, לשקם או לבנות מקורות ואספקה נרקיסיסטיים:

(1) פרסום כתבי-יד בחלקים (בעיתונות)
או בספרים (הוצאות לאור)

(2) עבודה עם איש יחסי ציבור ותדמית

(3) ראיונות בעיתונות / כתבות שבהן אני מופיע

(4) כתיבה לעיתונות

(5) הרצאות וחוגים

(6) "עולם העסקים" "גבולים" ותוך נסיעות לחו"ל

(7) יסוד הוצאה לאור של ספרים

(8) יסוד כלי תקשורת (מודפס / אלקטרוני-אינטרנט)

(9) עבודה "חשובה" "רגישה" "משפיעה" "סודית"



מין ומצבים אחרים נגדי מיוחדות

1) מין - ונשים - מייצגים תכונות ופעילויות "אנטי"-נרקיסיסטיות (ר' קודם)

2) נוצר קונפליקט: מחד גיסא, כמו כל גבר, אני רוצה נשים ומין - אפילו זה הופך אותי ל"גבר ממוצע", חיה בסיסית, כמו כל גבר, לא מיוחד:
מאידך גיסא, הסיפוק הנרקיסיסטי הוא דחף חזק מאוד (מיוחדות, עליונות, שונות)

קונפליקט בין שני דחפים: מין ↔ נרקיסיזם

⇓

תגובת חרדה (היא תגובה לכל נגד-מיוחדות!*)
רציונליזציה: הדחף הנרקיסיסטי חזק יותר...!!!

∴ אני לא אוהב כמו כולם: כאדם עליון אינני זקוק לאף אחד ולעשות דבר ובודאי שאינני מתחנן!
כמיוחד אינני עושה דברים שגרתיים, בנאליים, כמו מין
כאדם חזק אינני נותן לאף אחד ולעשות דבר (מין) יתכון אלי

∴ ולמי שמצפה לתשובה אחרת (=נשים): אני אתנכל אותן (=יחסוך בי ואני אומלל)
ואתנקם בספיקן הסיפוק מהציפיות שלהן ועל כל העולם (=מרד)

(*) יש לי תגובות חרדה דומות ל-: מין
עבודה מסודרת
אלמוניות
ההמונים/חוסר הבדל בין אדם רגילים
יופים
אנשים הקשורים אלי כשהם אין דומים להם (אחי הצבאי, גמי בריאמן)
מצב, תחרותי או שבו אני "לשווק" עצמי כשאחרים נוכחים

בכל המצבים הללו יש משום שלילת מיוחדות נתינה + תחבורה - נחיתות שמוני נכה רגשי

אני מבדל את עצמי כמיוחד, שונה ועליון בעמדת מרידה, שונה:
הצלחה קונפורמית = נוגדת מיוחדות משתי סיבות:
(א) זה הדבר המקובל והנפוץ להצליח, כלומר: זה דבק "לכן נטבע", "לכן מיוחד":
(ב) תמיד יהיה מישהו יותר מוצלח (= יותר מיוחד) ממני. ימצא את המיוחדות שלי
מרידה, לעומת זאת, נדירה הרבה יותר ואין תחרות אמיתית, כיוון שאין הרבה מוכנים ל"הצלחה" של מרידה.
מרד אינו בר השוואה.

הרגש הדומיננטי: קנאה

בתחילת חיי הכרתי בכך שאני שונה, נחות, מוזר, מושא ללעג ולביזוי, מושא להשפלות, מופרש מהחברה, נכה.
חשתי רגשי נחיתות עצומים מאוד שהגבירו את ההפנמה של האובייקט הנרקיסיסטי:
הפרעת האישיות הנרקיסיסטית התפתחה כתגובה לבעיות הרגשיות-התרבותיות ולקלות ההפנמה
לכן כך נחשתי מיוחד, שונה, עליון (בתחום שלי) - שכללתי את התכונות שיסייעו של התחום החיצון ופתרתי קונפליקט
הרגש, שהסבה לי סיפוק ושאיפת רצון
אלא שהמנגנון הנרקיסיסטי גרם ללא יותר התפתחות, לא יותר לרע, תמהון, חשש והמגושת מאמץ ולבסוף גם
לתגובה, לשגעה ולתחושה קשה.
מהטבע כל המאפיינים הגבוהים חשתי קנאה כלפי המיומנים מאחורי החברה, במיומנים מאחורי רגשית, במיומנים מאחורי
מינית ובמנושאיהם. הקנאה הובילה לדיכאון ולעצב.

הכרה בשונות, מוזרות (ביזוי) → נחיתות
×
קלות הפנמה → מנגנון נרקיסיסטי: עליונות, מיוחדות, שונות
רגש של שכל ולא כוח
→ עם ביזוי
קנאה

מציאות מדומה

אני חי במציאות מדומה: אני משליך "אני מדומה, שקרי". אני מאמין בה, מגלם אותו, בוחן את עצמי ואת השמיים לאורו;
נשוא תיעוקים מאוחדים לקיומו, מוכה לשכנע אחרים בקיומו וכו'.
אני מתגורר ב"בית טוב אינדיבידואלית מדומה". אני משליך עליה דמות שאין לה קשר לדמות האמיתית. כך "אני שקרי"
חי עם "בית טוב מדומה", "ביוגרפיה מומצאת" ומנהל "חיים" חיית לשקרית? המבוססת על הונאה ומראית דברים.
בשנתיים השקרים - המישור הנסקי, ההתקשרות (קורס הבוני המדומה), הפסלי והבהשמים שנים (תוצר של ביוגרפיה מומצאת) -
אני משלם מחיר רגשי ותגובתי כבד וסובל מפילות, עשיה ונידוי
כשמתפוצצת פרץ הטבע האינדיבידואלית המדומה - מתבונן, משבר נטיבה רגשי חמור מאוד.

המישור הנרקיסיסטי

היצע חוזר נרקיסיסטי תמופעל מתמיד על הפרעת האישיות הנרקיסיסטית.
אינותנים מאמקורות אספקה נרקיסיסטיים ראשיים (פרסום) ומשניים מוצלחים ובהתנת מידה הקוהרנטיות והקונסיסטנטיות.
בשינוי מידת קוהרנטיות וקונסיסטנטיות אבודה נוצר משוב נרקיסיסטי.
בתחילה יופעל רק מקורות האספקה הראשיים → משוב נרקיסיסטי ראשי → מקורות אספקה נרקיסיסטיים משניים →
→ משוב נרקיסיסטי משני (נשים)
סוכנים אנטי-נרקיסיסטיים הופכים למקורות אספקה נרקיסיסטיים בזמן משוב חיובי ראשי;
מקורות אספקה נרקיסיסטיים הופכים לסוכנים אנטי-נרקיסיסטיים בזמן משוב ראשי שלילי.
דוגמה:
מין, לבושה, האוניות, מלבד תחרותי או "שיווקי" הופכים למקורות אספקה נרקיסיסטיים בזמן משוב חיובי - אך הם
סוכנים אנטי-נרקיסיסטיים חזקים ומזכירי חרדה בזמן משוב שלילי.
מקורות אספקה כמו כסף או כח או נשים הופכים לסוכנים אנטי-נרקיסיסטיים אם אינני מפורסם.

מקורות אספקה נרקיסיסטיים ראשיים: (י=יציבה) מיסתורין מין ואהבות

הקדשת עושר פרסום (•) כסף ~~בת-זוג~~ ~~מוצאה ורכוש~~ קהל (קהבה) לעוצמה (כסף/עוז/קשרים)

מקורות אספקה נרקיסיסטיים משניים:

תבאווה ורכוש הצלחה בעבודה יוקרה ~~אבהות~~ השתייכות חופש עסקים בת-זוג יצירה כסף

פגישה שביעית (15.4)

אני מתאר רגשות ומצבים קשים וצוחק כל הזמן

אני מבקש להתקדם רגשית וזה הזמן מוסבר: אני רע, אני מאיים, על תתקדם אולי

מתמיד לקחת החיים ביותר קלות, לחשוב ולעבוד פחות.

יש בי יותר מהחלפות הפסבדו-אינטלקטואלית שאני מציג

יש רכיב רגשי הבל מעשה שלי (אפילו כשאני חושב על הכתיבה..)

אני חושב שאין אנשים שהם רק (אומץ שכולם מציגים מסכות)

העולם הוא מסוכן, מאיים, תחרותי, עולם של הופך-נהפך

[illegible] בי ילד נחושה שהוא רע ומבקש תשומת לב

מנסה להבין מניפולציות המטפל: צוחק לבדיחות שלו, מסביר ידע מקצועי, מנסה לעניין אותו באומצתה "הפרעות מבודות"

[גבורתם של הפחד שלאום ולאוכבה] [השורה: טרנספרנס]

[לא הוא לעשות דברים שאני שונא: עסקים, ניהול, קהלה ואינטימיות, חיים לא לוגי נובא]

OUT	IN
עסקים (=כסף, כוח, יוקרה)	יצירה (=לפרסם ולהתפרסם)
נשים (=מין, משפחה, דוגיות)	חברים (=חברים, תקשורת, עסקים)
	טיפול

*

פגישה שמינית (21.4)

המצב ניתן לריפוי בהשקעה של כסף וזמן.

עושה כל מה שאושה כדי "לתפוס" נשים.

[מצבי הרגשי אינו מאופשר מגע עם נשים. הצורך הרגשי שלי הוא כמו של ילד בן 4. מנגנוני ההגנה שלי הרבסקו וגם

התהפכי שיקום שלהם. נשים מאיימות]

לא יכול להיות (עם) מיוחד אפילו לדקות ספורות.

מהלך הדברים משביע רצון

* כללי - משבר נרקיסיסטי גרם זורם להסטת הדגש
  מפעילויות מוכוונות אומצני (עסקים להבירת כסף, כוח ויוקרה)
  נשים לאספקה נרקיסיסטית
  לפעילויות מוכוונות מטרה (יצירה)
* שחרור - 1. איתור מקורות פרנסה מרובים (פיוזל, יצחק, שוהם, רון, פרי, חצבוני)
  2. ביסוס מקורות אספקה נרקיסיסטיים (לפרסם ולהתפרסם)
  3. טיפול נפשי וחיים חברתיים
* חיים חדשים - 1. פרנסה ממספר מקורות במשך חלק מהיממה
  2. פרסום כתבים, פעילויות אינטלקטואליות, פעילות תקשורתית
  3. חיים חברתיים ובת זוג

לא מדבר ה מודל הבורגני (רכוש, משפחה, עסקים) ← נגד אות טבעי, אופי וכישורי

ע מודל הרומן (יוצר, מפורסם, חיים אישיים מופרעים או בלתי קיימים) ← מתאים לאופי ולכישורי

הייתי הכי פחות כשיר לעשות עסקים ולהקים משפחה - והכי כשיר לכתוב ולהתפרסם.

שאלון העדפות

פרסום	מול	כסף/יוקרה/כח מוגבלים	פרסום
פרסום	מול	מין	פרסום
פרסום	מול	משפחה	פרסום
פרסום	מול	חרדה לחיים/דאגות	פרסום
פרסום	מול	חברים	פרסום
פרסום	מול	יצירה	~~כוחות שקופים~~ - פרסום

להצים חיצוניים גרמו לי לעשות מעשים שלא הייתי עושה אילולא וחסרתי כישורים לעשותם:

א. לחיות עם בת זוג ולהתחתן - אני עושה לחיות עם נעם אחר שעושה לי באמצע בקריירה המקצועית

ב. להקים משפחה - סיבתי, בחוסר הבינו, להמשיך אמבר בלבד הראשון (אשה) אל השני (ילדים)

ג. להקים ולנהל עסקים - עיסוק ריקני, שוחק ומאיים שמשנות

ד. ללמוד לימודים מסודרים - יש לי סקרנות עצומה ומוח מהיר, שתי תכונות המנוגדות ללימודים תבניתיים *

ה. להתמסר בעבודה קבועה ויציבה - אני הרפתקן ומרגיש מוות ככל לאחר יציבה וקבוע

ו. לשים דגש על פרנסה במקום על יצירה (כתיבה) ועל פעילות אינטלקטואלית.

להרחיק מפרסום - מה שגרם לחסם נרקיסיסטי וקלעתי באישור חיים רבים. *

עכשיו חזרתי לעצמי - וזה אני:

א. לא אחיה יותר עם בת זוג על בסיס שוויוני (רק בנפרד או במצב נחיתות ולזמן מוגבל)

ב. לא אקים משפחה

ג. לא אקים או אנהל עסקים

ד. לא אלמד לימודים מסודרים

ה. לא אתמסר לעבודה קבועה ולעיסוק קבועים ואגבור חוויות כמיטב יכולתי

ו. אשים דגש על יצירה (כתיבה) ועל פעילות אינטלקטואלית

ז. אהבה ואמפתיה אחרות אספקה נרקיסיסטית חיוביים (רצוי כאלה שיבואו מאוקטים יצירתיים)

פגישה תשיעית (28.4)

בילדותי הפנמתי/הכללתי אובייקט "רע". פיתחתי כלפיו רגשות אסורים של שנאה, קנאה ואיחוד תוקפנות.

רגשות אלה "רעים" ו-"אסורים" והם מתחקים את הדימוי של הדימוי העצמי כרע.

יש דיסונקציה במישור ההדרכה העצמית/הביטחון העצמי - אלה אבוע נמוכים ולא מציאותיים.

במהלך חיי למדתי שכל טוב מגיע ממני רע וכל הצלחה מובילה לכשלון. לכן אני מונע סיבות כשלון מראש ולכן כל מאמץ שלי נשען מעלה בשיקום ובטיפוס בעופקט - יוביל לכשלון ולחורבן. כך מתחזק את הדימוי העצמי כרע.

אני מדכא את הרגשות האלה ומגינם - את הרגשות הטובים, הקשורים אליהם. רק בסרטים לפני השינה והתגובות לא הנאצים התוקפנות

פורצת התוקפנות.

הבולט בתפוס כעדן, לא יציב, לא מתגמל, לא צפוי. אני מתגונן ע"י אהבת אובייקט נפסל כחלופין (=עצמי) וע"י הפיכת האחרים לפונקציות ולאובייקטים בם נשיעם זורמים כל תהודה רגשית. נרקיסיזם = מנגנון הגנה קשיח (דומה קליפת ביצה) אך שקוף ושביר.

נשים בוחנת הצד הרגשי ומאיימות על היציבות. הן מאיימות לשבור פריצה ובינוי של הרגשות השליליים.

אני עושה "אינטלקטואליזציה" (דבר ספוק הוולקני מסטאר טרק): מבטל, מחבין, מעצים ומנצל את האינטלקט וכך נשמר פקק מהדר הזרם של הרגשות השליליים שלי. ב"גידור האינטלקט" אני קונה בטוח ונוחה כשאני מתגונן מהתודעה שהאופקט יתפרץ ויציף וידכא הכל. זה "דפרסיון קומפלקס".

האינטלקט גם מצוי בשירות התגובה ששלו חפוך ממנו. הגעתי שסה שימוש באינטלקט ובידע נצבר כדי להתנגד ולהבהיק הטיפולי.

אני חוזר, מייפה, מספק נרקיסיסטים ואינטלקטואלים - אך ללמוד לא ואצבע רבן ונחת. אהבת העולם כלפי איבה שקולה כנגד שנאתי העצמית (אני "רע", יש לי רגשות "שליליים" שיש לדכאם). ההספקות מהאינטלקט היא אנטיתזה: יש גם רגשות הבלתי נשלטים, ויש שימוש מלא באינטלקט ע"י הכחשה. רמת ארגון האישיות, מבחינה פונקציונלית, נמוכה.

1. יחבן אובייקט שמורכבת היחסים עמו תהיה בעלת ערך תרפויטי
2. ניתן לבנות נרטיב חלופי לחיי
3. יש לסלוח (להורי, לעצמי)
4. יש להבדיל מחשיבה מאגית (מחשבה = מעשה)

יסוד חדש במפת הנפש: תוקפנות

אובייקט רע, מתסכל, לא עקבי, מאיים

מוביל לתגובה כפולה + תוקפנות [illegible] לא פתור

תוקפנות
שנאה
קנאה
↓
פחד מהתפרצות רגשות אלה
↓
1. דיכוי רגשות טובים ורעים באופן [illegible]
2. הפנמה (הפניית רגשות שליליים כלפי עצמי)
↓
המנעות ממצבים רגשיים
↓
פיצול במצבים (הרגשות) ←
↓
הבוחר כאובייקט
↓
יחסים בין אישיים פגומים ("יחסי [illegible]")
↓
פחד מנטישה: 1. מגע הרגשות [illegible] (גם עצמיים)
2. חרדת נטישה
3. פגיעות נרקיסיסטית
א. שלילת מיוחדות
ב. פגיעה בטוב ובנטישה

פגיעה ביחסי אובייקט
דימוי עצמי נמוך
↓
מנגנון הגנה נרקיסיסטי
(העצמי כאובייקט) ← גם כפיצוי
גרנדיוזיות, פנטזיות,
מיוחדות, בריאת העולם,
מגיע לי, תובענות, קנאה
חוסר אמפתיה, שחצנות
↓
יצירת עצמי שקרי
↑
מקורות אספקה נרקיסיסטיים
("חיזוקים חיצוניים לעצמי השקרי")
↓
אנהדוניה ודיספוריה
נובעים מהעת הפגה
של העצמי האמיתי
↓
תחושת התפוררות, התאיינות
(של העצמי האמיתי)
פחד מחשיפה ומהוקעה
(של העצמי השקרי)

→ אגו דיסטוניות ←
(מצוקה)

[illegible] (אנכי): נסיגה, סיפוק עצמי, [illegible]

[illegible]: תוקפנות וזעם

רגשות רבים אינסטינקטיביים של התנהגות אנושית. יחסי אובייקט מגוננים אותם מלהיבצר. (זעם) מול תוקפנות [illegible]
(נקודתיות, בודדת) [illegible] הוא הרגש הבסיסי של התוקפנות ותנודתיו הם שנאה וקנאה. [illegible] הרגש הבסיסי
של [illegible] (שנאה, פחד) ומשותף לשניהם ליצור מגע עם עולם מאיים והעשה.
חוויה טראומטית כמו התעללות מינית ופתולוגיה קשה ביחסי אובייקט מוקדמים יגרמו לדומיננטיות של תוקפנות על פני
רגשות ליבידינליים = פסיכופתולוגיה. כל התייחסות של העצמי לאובייקט יוצרת עסקה של יחסי אובייקט. מושקע רגש
(ליבידו ותוקפנות כאחד). הבית מודל הדיאדי מורכב מהתנסויות נפשיות בסיסיות שהן יחסים דיאדיים בין "יצוג העצמי"
ו"יצוג האובייקט" בהקשר של התנהגות אנושית. במצבי נפש סימביוטיים יש פנטזיה של מודעות של מיזוג או איחוד בין יצוג
העצמי לאובייקט רק ברגשי התעללות ורק בתוקפנות ובזעם.

זעם: (א) להשמיד מקור כאב או אי-נוחות (עבור מתסכל או מכאיב)
(ב) להשמיד מכשול או מחסום לסיפוק אמיתי או מדומה
(ג) להשמיד אובייקט רע - מקור שמתסכל מתוך בחירה את רצון העצמי בסיפוק צורך נפשי.
(ד) לגרום לאובייקט לסבול - שילוב של תוקפנות ושליטה, כלומר סדיזם.

הזעם מותמר לשנאה: (ה) רצון לשלוט באובייקט הרע במטרה להימנע מפחד הדיבור על ידו. מנגנונים אובססיביים של
שליטה מוסתרים בתוך פסיכופתולוגיה של דיכוי תוקפנות.

(ו) היבטים סובלימטוריים של התגובה התוקפנית: חיפוש אוטונומיה ואישוש עצמי, חופש משליטה חיצונית.
התשוקה - עצמות של [illegible] "פנימית" מושגת בהרס אובייקט רע, לגרום לו לסבול ולשלוט בו.
[illegible] - חרדה, חוסר והנקמה (דיסרופטיבית) - שנאה כרונית, יציבה, קשורה לאופי. הצדקת השנאה: נקמה נגד האובייקט המתסכל.
המוטיבציה לנקום אופיינית לשנאה. בחדים פרוורטיים של נקמה (RETALIATION) מלווים שנאה.
מאופיינים פרוורטיים, שואפת לנקמה וסדיזם הולכים יחד.
תוקפנות בהתמצאות קנאה = משולה תגובה הבא לכלוך את האובייקט, לקלקל ולהרוס. אולי נשמר עם אובייקט הנוהבה

הנרקיס שלנו היום. ב-DSM NPD קשה מאוד ולכן מודדים הבדלות תוקפנות. ההפרעות אישיות נרקיסיסטיות קשות: אני שם...

בהתקפים, אני סבילות לחרדה ולדיכ סובלימציה.

לצאת מהשבויה כי הנוקה, לפעמים, זה שעוצרת הכחשת הרגש והשמדת כל מודעות לו. אין המרה הדגשות התוקפנות)

ספיגלה או לפוקליה אוטו-אונ' - טוב כי גם מעשיה תפקוד קונפליקטואלי רגיל; עזרה שתבעת, סקרנות והסוואה-סוליות. קשה של

אוב להבחין בין קשה לשעה

ככל שהתקשות גדולה כך נתפס הסוגים שבו מקנאים או שאותו שונאים - מקנאים כמי שיש לו תכונות טובות ולוקחים

שתסרים לחולה ושאותם היה רוצה לעצמו. כששונאה נתורה מוכנית לאובייקט הנתפס כעוין מסוכן וסדיסטי. כך שומע

ואין אימוץ ערכי של תכונות השנאו. שנאה מוכנית - הרס של מקור הסכול התוקף את העצמי באופן סדיסטי.

קנאה מוכנית כלפי אחר שמגע באופן סדיסטי או מתגמה משהו מבוקש מאוד.

לרוב יש הורה מתפקד טוב אודיפ כלפי החולה ומנצלו באופן נרקיסיסטי.

אצלי תוקפנות והתארגנותה קשה ושנאה לבדו הכחשה. אני מנסחת תוקפנות לעומת התלויים

מאוד כבחינוס מסגירה ומעשיה נמוך (הסעל התפלות בי). התוקפנות משמשת לבחינת לזהות הדימוי הנרקיסיסטי הלוייני

[ההחיה הפנטסיה התגובית: שיפוט בין לבבי אומץ ("טייכמן") והצגה התקופה סלין מרד בחברה, בהיסטוריה ובספרות].

אחרים: הגוף יאנסנו את המיוחדות שלי - לאמנות התוקפנות (ר' אוואיר בהחם לאובייקטים)

יסוד חדש בעמפת הנפש: גנוגרמה

במשפחה, משני הצדדים, הפרעות נפשיות:

אגיגל - אומנו שלה - דכאון, היפוכונדריה

אבינו שלה - דכאון

ביצה - דכאון, כפייתיות, קמצנות

נכחיה - הלות המיניות והדימוי העצמי

לסיבה - הלות במיניות

צבי - נמעות, דימוי עצמי נמוך

יצחק - נמעות, דימוי עצמי נמוך

אומנו - הפרעות אישיות על גבול פסיכוזה (מהלכי סכיזופרניה)

אגיגל - אבינו שלו - אלכוהוליזם, חיים לבו, יציבות, נרקיסיזם גבולי

אומנו שלו

בת שבע - דכאון, היפוכונדריה, טירוגשין, איומי התאבדות

נינט - דכאון, טירוגשין, איומי התאבדות

צבין

יעל ואהרון - טירוגשין, תלות כפייתית בחבר

ישראל

אובא - דכאון, היפוכונדריה

אחים - סימה - קור רגשי

שרון - הפרעת אישיות גבולית, מיזוג לקויה, חוסר תפקוד רגשי, תסמיני OCD

אבינועם - חסר תפקוד רגשי, מחשבות טורדניות

אורציה - הלות דימוי עצמי, חוסר תפקוד רגשי, מחשבות טורדניות

בת-זוג (המשך)

יש להבדיל בין רגש רגשי (ההתקפות לבת זוג/חברה) לבין רגש מנשי (קשה הבנולה שיש להם שמסובלא בהלל יכבר בוטו).

התמונה הרלה של נבלות מתרכזה המנשי ולכן רק מהרגשי:

התחום הרגש הרגשי: 1. אני מחפש את "החברה הכי טובה בעולם לכל החיים" ומקור אוספקה נרקיסיסטי (רגשי)

2. אני מודע שאין לי אובייקטים נספחים ולכפרים להתגונן: קשיים, פגיעות ואשמות.

אין קבוצתי: בלם ההדבפות עם מין מתכבן - טוב היום. יש בזה יסודות של סוכנות

אושי נרקיסיסטית ושל לסיקום מקורות אוספקה נרקיסיסטיים - כה לבו בגו בחשבון. (מין)

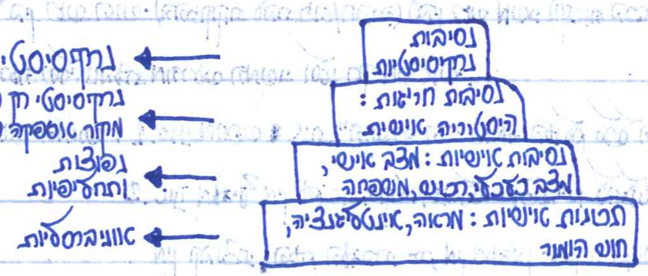
מובן, ש-(1) ו-(2) לא מתיישבים. לכן קשה לו לקיים יחסי מין עם האהובה/בת הזוג שהיא מקור האספקה הנרקיסיסטי.
יש להבה כמקור תפגע גם תפסוק להיות אובייקט מיני (כמו לוליטה) וכך "יפגעו" רגשותיי בלפיה. במקרה שהיא לא צפויה
או בלתי נשלטת אני אשיב הזעם והתפרצויות אחרות של תוקפנות.

פגישה עשירית (12.5)

הדגשתי שהאינטליגנציה היא מכשיר שהגוף עושה בו שימוש לעולה.
מגוון דווקא באופן קבוצתי לא אכפת לי שאני אובייקט/לא מיוחד/מתבאין

מנגנון התמירת האישה מסוכן אנטי-נרקיסיסטי למקור אספקה נרקיסיסטי

תזכורת: במצב של אוהבן כל מקורות האספקה הנרקיסיסטיים יש לנתק מאשר לא נשים שהופכות לסוכנות
אנטי נרקיסיסטיות ומהוות סכנה.
אבל נשים הן מקור אספקה נרקיסיסטי משמעותי כשמתקיימים מקורות אספקה נרקיסיסטיים ראשיים.
כיוון שיש לי צורך ראשי באישה המהלך המתבקש הוא:
היסוס מקורות אספקה נרקיסיסטיים ראשיים (באיזה פרסום)
בחירה בנשים בתוך מקורות האספקה המשניים לא קומפלמנט אופקטיבי:
הבנת המנגנון שהופך מקור אספקה נרקיסיסטי משני לסוכן אנטי נרקיסיסטי בהעדר מקור ראשוני - חשובה.
נבנה פירמידה שממחישה אותו:



הנסיבות הנרקיסיסטיות נובעות רק ממקורות אספקה נרקיסיסטיים ראשוניים (למשל: להיות מפורסם או עשיר).
הנסיבות החריגות עשויות לקבל תוכן נרקיסיסטי או אף לנבוע ישירות ממקורות אספקה נרקיסיסטיים משניים
(אני כותב ספרים) - גם אלו נבחרות מקבוצה או משלימה של מקור אספקה ראשוני אלו יצטרפו לנסיבות
הנרקיסיסטיות. מוקד המיוחדות ומשכנה אצלי בנסיבות הנרקיסיסטיות:
בהעדר נסיבות נרקיסיסטיות אינני מיוחד במובן הנרקיסיסטי, אינני קיים בכלל (רק בהמשך).
מדוע מתפקדת אישה כסוכן אנטי נרקיסיסטי בהעדר נסיבות נרקיסיסטיות (=בהעדר מקור אספקה ראשוני)?
אם אישה "אוהבת" אותי במצב כזה:
(1) היא משקרת (ואז זה מעורר בי תגובות פרנואידיות של פחד, חשדנות, לעיתים, שאיפה להתנתק ותוקפנות)
(2) היא מתעניינת בעניין הלא נכון (ואז היא תופסת אותי רק כאובייקט מיני, שוללת ממני אפילו כל מיוחדות."
(3) היא אישה מחפשת מישהו מיוחד ואותי מפני שאינני מיוחד, או מפני שאינני חושב לנצח כמיוחד, או מפני
שמיוחדות אינה מעניינת אותה (חשובות לה תכונות אחרות (= אבל התכונות שלה שונה ממני), או מפני שכלל מיוחדים בעיניה.
אם אני "אוהב" אישה במצב כזה:
(1) אני מסתכן בכך ש"אהבתה" תהיה בגלל אחד מהשלושה המנויים הנ"ל. יציבות היחסים תפגע קשות בגלל מהמקרים.
(2) אינני אוהב את "האני האמיתי" שלי, שאינני מכיר אותו והתחושה היא שאינני קיים כלל. אני אוהב את "האני
השקרי" שלי, האני שאני מציג לעולם ושמסב לי סיפוקים נרקיסיסטיים. אני רוצה שאישה תאהב אותו אוהבת.
אם לא יהיה לו מה להציע לה (אם מקורות האספקה ראשיים לא יפעלו) - מה היא תאהב? האני האמיתי שלי
חבוי היטב ואינו מתפקד, הוא פרימיטיבי, אינפנטילי ומת. האני השקרי שלי קיים רק כשמקורות אספקה
ראשיים קיימים. כלומר אינני קיים כלל ולכן אין אני שיצור קשר עם אישה בפרספקטיבה ואין
מישהו שאיתו יכולה אישה בפרספקטיבה ליצור קשר. לכן נולד הפתרון: אין לי אני אמיתי
שאיתו אפשר ליצור קשר - ואין לי אני שקרי מתפקד (בהעדר הנסיבות).
אני רוצה שאישה תתאהב בי בגלל הנסיבות הנרקיסיסטיות, השמשת קיום נסיבות כאלה (=מקורות אספקה

הורסים) אני מוכן להתפשר על: התאהבתה בי בגלל נטיות חריגות. רצוי מאוד שילוב של השניים (לפחות).
אומר: שמתאהבת בי בגלל תכונות או נטיות אישיות הוא סוכן אנטי נרקיסיסטי במובן
שהוא שוללת את המיוחדות שלי בכך שהיא מקנה לה משקל מכריע בקבלת ההחלטות שלה.
לה כשהיא אומרת: אותך מיוחד - אבל לא בגלל זה אני אוהבת אותך/ מתאהבת בך.
לכן, יש מדרג של [redacted] התאהבויות: (לפי מידת הנדירות של הסיבות להתאהבות)
התאהבות [redacted] בגלל נטיות נרקיסיסטיות - הכי חשובה ומשמעותית לי ("הוא רב תוצאה, מפורסם")
התאהבות [redacted] בגלל נטיות חריגות - המקום השני: ("הוא אוסיר והיה גאון")
התאהבות [redacted] בגלל תכונות או נטיות אישיות - במקום האחרון ובתפיסת כאיום
("לכמה גברים היא כבר אמרה שיש להם חיוך מקסים, חוש הומור מטריף או אבחנות דקות?")

סיכום אופרטיבי:

שיקום וביסוס מקורות אספקה ראשוניים יציבים (פרסום) ← עליונות (אומניפוטנטיות)
חידוש הרגל לם נשים תוך שימוש בסיבות נרקיסיסטיות } התאהבות
סינון התאהבות בסיבות נרקיסיסטיות וחריגות
טיפוח קשר אהבה המסתמך על [illegible]

מה משותף למין קבוצתי ולפרסום?

1) אובייקטיביזציה (גופני או פיגורטיבי) - אסימטריה של מידע [במין קבוצתי - יש גם וויירים] והגבלה מהחוץ.
2) אנונימיות המשתתפים (גם בפרסום לא מכיר את מי שצורך את המידע) - האשמות מקדמה ומוטיבציות, מאחוריה.
3) המשתתפים כלצמים, כמאכלי פונקציות ("אופינים" "מכרינים") - פונקציה השיקוף והתגרה מהחוץ
4) במין קבוצתי יש גם הומוסקסואליות לטנטית. [במין קבוצתי יש גם פריקת תוקפנות ובושה-אשמה מרובה]
5) חוסר מגבלות, חופש מוחלט = מה, פריקת עול ומסגרות
6) אוטוארוטיות ואהבה עצמית - אני מתגרה מעיני אחר (שאני רואה עצמי בעיני המשתתפים/הקהל וכו')

בת זוג לשיקוף ונושא האנרגיה

מדוע אני לא יכול לבת זוג כשהמצבים הנרקיסיסטיים שוקים - ואני לא יכול כשהמצבים הנרקיסיסטיים רגישים?
מפני שבת הזוג אינה קיימת בישות בפני עצמה. היא ממלאת פונקציה של מירורינג (שיקוף). היא משקפת לי את מצבי.
התוכן הראשי של מלכודת היחסים שלי איתה משקף את מצב הצינורות לאורכו (= מצב הצינורות מבחינת מקורות אספקה).
כל תריבה "נפלה מהספקה השיקוף (כל פעם שהיא מפסיקה להיות פונקציה או אובייקט) מאורדת קונפליקט והשובות התנאירה של תוקפנות (פגם, בעיקר).
קשה לה אישה ללכת אנרגיה. ומפיל אותי: לכן אני זקוק לקבלת אנרגיה מבחוץ (בעיקר אנרגיה נרקיסיסטית שנובעת ממקור אספקה נרקיסיסטי ראשוני - פרסום). רק אז תהיה לי די אנרגיה להתמודד עם אישה. זה הפוך של המצב הטבעי שבו קשר עם בת הזוג מעניק אנרגיה!
קשה לה אישה גם בגלל את הרצון להיות ילד (לי שימוש בתחליפים שיעידו על הצעה, חיבה, חום, אהבה, קבלה). אני אפשר להיות ילד וגם מבוגר. להיות ילד פירושו לא להיות אחראי, להיות שובב, להיות סקרן. זה מוביל לצורת חיים שאינו מתיישב עם יציבות של בת זוג. זה מחייב רגשית. זה מפריע לקשר עם בת הזוג (משקיעין בזכות רגשית). מתן נפשה מפריע לאמן. אני מתפלל המלכודת היחסים.
[אין לי תבצועים שלי או של אנשים בחיי כי הכל חולף וכואב ותבצועים הם תחבורות]
[אני בוחן לה כמה בת זוג מיוחדת המפגש הראשון ואם אינה כזו - אני מבטל וכופה עליה מיוחדות (שאין בה: יופי, שנינות, תבונה) אותה, או היא גם כן מיוחדת]

פגישה 18 (27.5)

תגובותיי להליך הטיפול פחות להגובותיי כלפי נשים: תחושת חוסר מיוחדות ואיום העלבון מכך. אני מנסה, ניסיתי, להיות מיוחד בכל מחיר "ולהחריד" את המטפל. לראות שלא לי הצגה עליונות (כולל שימוש בשפה).
לא מגיע לי להיות קיים, אני שואף להיות קיים. אני נותן תחושה לאנשים סביבי שאני לא קיים. הפרסום מכל רכיב של הרס עצמי: כי לא מגיע לי מצב שבו אהיה קיים. נשים מאיימות עליי כי הן מכריחות אותי להודות בקיומי.
אני גם נותן תחושה לאנשים סביבי, שהם לא קיימים...

אני = לא קיים — הגוף הנשמתי שלי נתפס כלא קיים (ריק) ולכן אני לא יכול להיות קיים

ואם

קיים = לא אני — כשאני מרגיש קיים אין מדובר בגוף הנשמתי שלי אלא בגוף המומצא, שקרי.

קיים = מרגיש = רק לפי — קיים הגוף הנשמתי יכול להרגיש רגש, כאבים, תאוות, אשמה, תסכולים, תוקפנות.

פתרון:

גוף נשמתי (מוכחש, לא קיים) + גוף "כותב" גוף שקרי. הדרך היחידה להרגיש שאני ממציא אותו "גבוה"

גוף שקרי (מוחצן, קיים) — הוא משוב. פרסום ומקורות נרקיסיסטיים אחרים הם מקורות מידע לשקרי.

(ב) גבוהת הגוף השקרי, הוכחת קיומו ומשכו: מקורות האספקה הנרקיסיסטית

(ג) א.נ. נרקיסיסטים = מעצבי ומווסתי גוף שקרי. מגדירים הגבולות של הגוף השקרי ומווסתים את תכניו.

נשים = מין, רגש, שיקוף — נשים משמשות לגוף הנשמתי: מין, שיקוף חברי ומשם הם יסודות של הגוף.

= גישה לגוף נשמתי = אויב — הנשמתי. הגוף השקרי נתפס כמסיכה שיש להסיר (או להתיר) תחתיה

כדי להגיע לגוף הנשמתי. לכן אויב לגוף מפני שהוא תפקודי. או הולבנו

לגוף השקרי והוא משמש כמסך מלעולם ומחיצה מפני רגשות.

סיכום אינטגרטיבי של ענין המיוחדות

המיוחדות היא המפתח לכל הפתולוגיה שלי.

הגוף הנשמתי שלי מוכחש ומבחינתי, אינו קיים.

הגוף השקרי שלי מתפקד. כיצד אדע שהוא קיים, מהן תכונותיו, מה איכותו, עד כמה הוא נתפס כאמיתי?

הפרסום עוזר לי להראות את הגוף השקרי שלי דרך עיניהם של אחרים. כך אני לומד מהם גבולותיו ומהם תכונותיו.

הפרסום אומר: אתה מיוחד (=מובדל). הוא מעניק גבולות וחושף תכנים של הגוף השקרי.

אבל בני אדם שהגוף שלהם אינטגרטיבי ופונקציונלי אין בעיית גבולות או זיהוי תכנים. לכן הם לא צריכים.

אצלי ללא פרסום, אין מיוחדות, ללא מיוחדות אין גבולות. ללא גבולות, אינני קיים.

כדוגמה נבחן עניין של מין:

ברור מדוע אני מתקשה ליצור קשר מתמשך עם אשה (קונפליקט אדיפלי)

ברור מדוע אני מתקשה ליצור קשר ראשוני עם אשה (דחיות נרקיסיסטיות).

אבל, מדוע אני מתקשה לקיים יחסי מין עם אשה?

יש שלושה סוגי מין: (מטורה = מובנה אישית, מיוחד = מפורסם)

א. מין לא מטורה, אקראי, לסקתי, עצמי — כיוון שאין לי שום בעיה כיון שאיני מובדל, מטורה = אינו קיים

ב. מין כשאני מטורה אבל לא מיוחד — בעיה קשה כי פה מאוים על עצם הקיום (העדר מיוחדות)

(ג). מין כשאני מטורה ומיוחד — אוטיסטי. אין שום בעיה.

(ד). מין כשאני מטורה ומיוחד, עם פרטנרים ממני / טוב דומים לי — בגיל, בידע, בנסיון. המין המושלם מבחינתי.

המסקנה היא שהמין היחיד שיש לי איתו בעיה הוא מין שבו מפרים אותי - אבל איני נתפס מראש כמיוחד או

בכלל לא כמיוחד. הבחורה שמבדלת לפי פרטים בסיסיים - לא אוכל ליצור קשר איתה מפני שאינני נתפס בעיניה

כמיוחד. גם במצב פתיחה אידיאלי (מטורה ומיוחד עם פרטנרים טוב דומים) - יש בעיית קרבה ואינטימיות (ר' המשך).

תפקידי הפרסום: ליצור אוטימטריה (עליונות במידע, בהוכחה, בפוטנציאלים) עם בת זוג ... מיוחדות.

א. להפוך אותי למיוחד בעיני עצמי — לקבוע גבולות אני, תכני אני ותפקודיו

ב. להפוך אותי למיוחד בעיני אחרים — יחסוך זמן; יעניק לי עמדת יתרון, יהפוך אותי למיוחד בעיני עצמי.

פרסום פה שכולם יודעים שאתה מיוחד - וזה גורם לך להאמין בזה ולהרגיש שאתה קיים.

פגישה 12 (2.6)

איני מסוגל להסביר מדוע הפסקתי להקדיש סרטים אוטומטיים לפני השינה (מדוע פתחה התוקפנות) - אך אני ממציא מודלים

אחרים (הסברים חלופיים, פחות פתולוגיים להתנהגותי)

אני מציב דרישה של זריה אינטלקטואלית מתמדת ולפחות רף גבוה ואכלדני. אבל יש דברים נוספים בקשר טוב.

הניתי לעבודה עם ציוריה שכל הנשים אינן מתאימות לי - והיות כתוצאה מפחדים ומאנגנוני הגנה. לכן להיפך:

לה לאן ששוני פוחד (אלא אומצו, אף פוך כי המטעונים שלי נאותים.

[פגישה 12 - המשך]

אני מציב סטנדרטים כאלה כי אני פוחד מקנאה, מהשוואות, מתגובת החברים ברגעים הקשים
אני דוחה כי אני פוחד להפגע ואני משתמש בשלמות כהגנה של תוקפנות [גם ההגנות ממין-ש.ו.]

מושג "האגירה הנרקיסיסטית"

כאמור, אני צריך אספקה נרקיסיסטית שכן אני שואב ממקורות אספקה ראשיים ומשניים.
אצלי אין צבירה של האספקה הנרקיסיסטית כי היא משמשת באופן קבוע בתחליף לתפקודי אגו (למשל, ויסות
ערך עצמי) במצבים אחרים: אני צובר את האספקה הנרקיסיסטית כדי לווסת ערך עצמי, למשל,
בת הזוג, למשל כאשר היותה עדה להצלחות שמניבות אספקה נרקיסיסטית אוגרת מקורות אספקה כאלה.

כשאני עם בת הזוג אני יכול לשאוב ממנה מקורות אספקה נרקיסיסטית וגם אספקה נרקיסיסטית אוגרים אצלה.

למשל: בת הזוג שהיתה עדה להצלחה שהתפרסמתי תספק לי (הוכחה ל) פרסום וגם תהיה האחראית של הפרסום,
כלומר תגדיל אותי.
מכיוון שבפעם שאני עם בת הזוג אני צריך פחות פרסום ואז אני יותר, למשל.

אני יותר רק כמקור אספקה נרקיסיסטי (מעודד לפרסום) ולא מפני שאני אוהב או חייב לציבור

למה חברים טובים או אנשים אוהבים ממלאים פונקציה של "אוגרת אספקה נרקיסיסטית"?
כי הם לפי "אחר משמעותי ראשוני", כלומר: תחליף-אם.

מטרותיי צריכות להיות: (א) להתפרסם
(ב) למצוא בת זוג שווה לי, אוהבת בלי תנאי ומעריצה

תהליך: פרסום ← בת זוג עם "אגירה מוקדמת" ← אגירה משנית ← ירידת הצורך בפרסום

מושג ה"קטקסיס הליבידינלי הנרקיסיסטי"

קטקסיס = השקעת יצר (אינסטינקט) באובייקט

קטקסיס ליבידינלי נרקיסיסטי = השקעת ליבידו העצמי במקום באובייקט

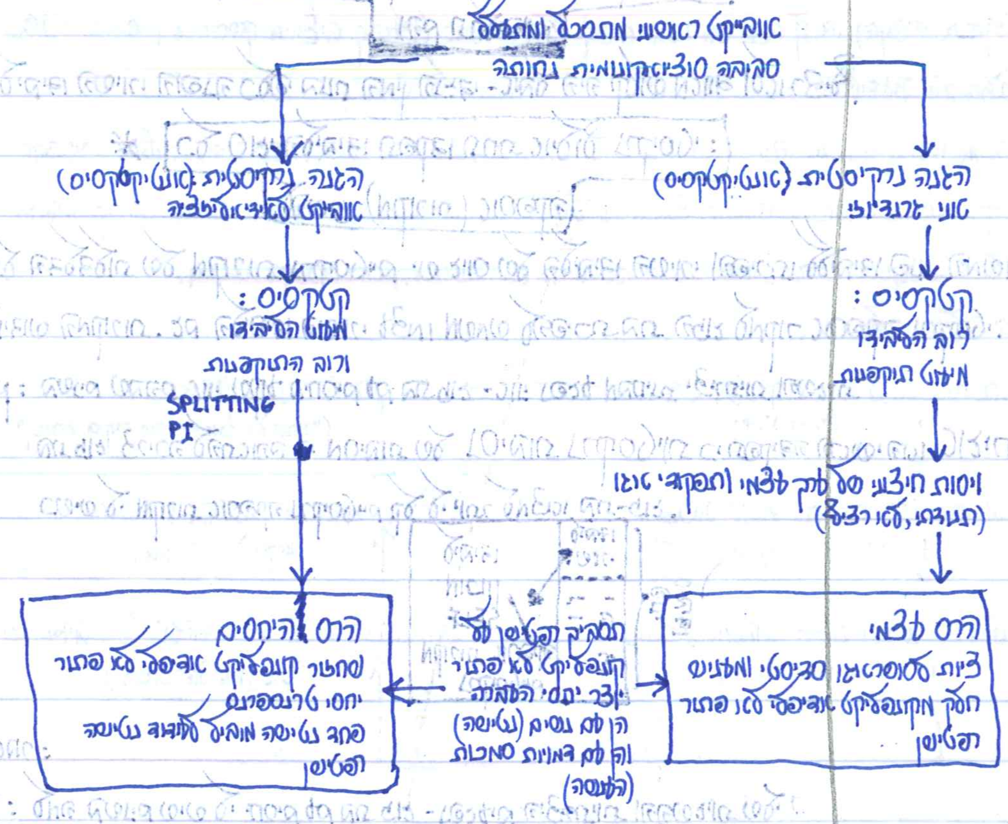
[מסביר חוסר עניין ואמפתיה בזולת, חוסר עניין במין, העדפות אוטו-ארוטיות ישירות-אוננות-עקיפות-מין קבוצתי]

ליבידו רב גם הושקע בנושאים "לפרוץ את מעגל חיי", "להרשות להם", "להיות הגדול מכולם וגדול מהחיים".
כמות הליבידו קבועה ולכן לא נותר ליבידו לעניין במין השני.

תצפיות על עצמי

אוהב חיי לילה, אוהב חברה, אין לי בעיה להכיר נשים, מעדיף חברה שוויונית ומעריצה על פני חברה לעניין
מעריצה שיש בינה לביני פער גדול.

מודל אינטגרטיבי



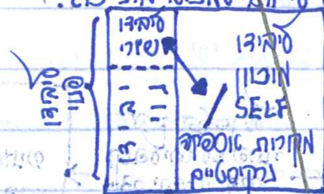
לפי המודל הקודם של פרויד וממשיכיו כמות הליבידו מוגבלת וקבועה.
כבעל אישיות עם נטיות נרקיסיסטיות - הפניתי חלק מהליבידו ל-SELF. ("ליבידו תפוס")
נותר מעט מאוד ליבידו ל-OBJECT, ליצירה, לתחביבים, לכתיבה, לעיסוקים וכו'. ("ליבידו פנוי")
בהתאמה נוצל הליבידו הפנוי להישגיות וליצירה שמטרתם אספקה נרקיסטית.
כשנוצרו מקורות אספקה נרקיסטית - התפנה חלק מהליבידו הפנוי. ("ליבידו שיורי")

* מקורות אספקה נרקיסטיים ממלאים תפקידי ליבידו (רק תחליפיים)

הליבידו השיורי הופנה כלפי בנות המין הנגדי - אבל היה קטוע מאוד ולא רציף.

* כל סוגי הליבידו תפקדו תחת איסוף נרקיסטי: להשיג (מקורות) אספקה

בכל הדלדלות של מקורות נרקיסטיים יש גיוס של הליבידו השיורי והפיכתו לליבידו פנוי המשמש לחידוש המקורות. גם הליבידו השיורי לבדו משמש להפיכת בת הזוג למקור אספקה נרקיסטי.
לכן: בשנים שבהם אני נקלע ביחסים עם בת זוג - אני נפגע מבחינת יצירתיות והישגיות
בת זוג צריכה להתאהב בי מסיבות של נסיבות נרקיסטיות כי התפקיד העיקרי הוא אגירה.
כשיש לי מקורות אספקה נרקיסטיים קל לי יותר למצוא בת-זוג.



הסבר:

ש: למה בשנים שיש לי יחסים עם בת זוג - נפגעים היצירתיות וההישגיות שלי?
בת הזוג עושה שימוש בליבידו השיורי ומפחיתה הרבה את כמות הליבידו הפנוי. התדרדרה "יוצר שוני משקל"

חשוב: הליבידו הפנוי לבדו יספיק ליצור מקורות אספקה חדשים. מיד יגויס הליבידו השיורי ויהפוך לליבידו פנוי - היחסים עם בת הזוג ינותקו (נטישה) כי לא תישאר בהם תכולת ליבידו. הליבידו הפנוי מחוזק ע"י הליבידו השיורי שהתפנה - יותר מקורות אספקה חדשים והרבה יותר יצירת קשר עם בת זוג.

ש: למה קל לי למצוא בת זוג כשיש לי מקורות אספקה נרקיסטיים?
מקורות אספקה נרקיסטיים הם תחליפי ליבידו. הם מאפשרים פינוי חלק מהליבידו הפנוי (שעוסק בהשגת מקורות אספקה). החלק הזה שהתפנה הופך לליבידו שיורי (שעוסק ביצירת קשרים עם OBJECTS).

ש: למה אני מעדיף שבת זוג תתאהב בי בגלל נסיבות נרקיסטיות?
כי אז היא תמלא את הצד היותר טוב את תפקיד האגירה הנרקיסטית. בכך תהפוך למקור אספקה נרקיסטי קבוע ותאפשר הפנייה יציבה של ליבידו שיורי לטובת מערכת היחסים. כמובן שבכך מופחת הליבידו הפנוי והיצירתיות וההישגיות נפגעים יחד עם יצירת מקורות אספקה חדשים.

להלן [illegible]:

בת זוג בנסיבות נרקיסטיות ("מעריצה") → אגירה נרקיסטית = מקור אספקה ("יש לי הערצה ופרסום בבית") → ליבידו שיורי נוצר ומופנה ליחסים ("אני אוהב אותה") → הפחתת הליבידו הפנוי ודלדול מקורות האספקה ("מתלוננים בי פחות ופחות, אני מתאמץ פחות") → גיוס הליבידו השיורי = הגדלת ליבידו פנוי ("אני חייב להתפרסם") → יצירת מקורות אספקה חדשים (ביקורות, פרסום) ↔ נטישת בת זוג קודמת ("אותה לא אוהב, היחסים ריקים מתוכן") → בת זוג בנסיבות נרקיסטיות

מכאן: (א) אינני מנסה להצליח ולהתפרסם כדי להשיג אהבה. זה פשוט תוצר לוואי (נזים!) של התגובות לאיבוד שיוויון.
(ב) אינני "אשם" הכל שאינני יכול לעשות את שני הדברים ביחד. כמות האיבוד מוגבלת.

הרס עצמי - מחשבות ראשונות

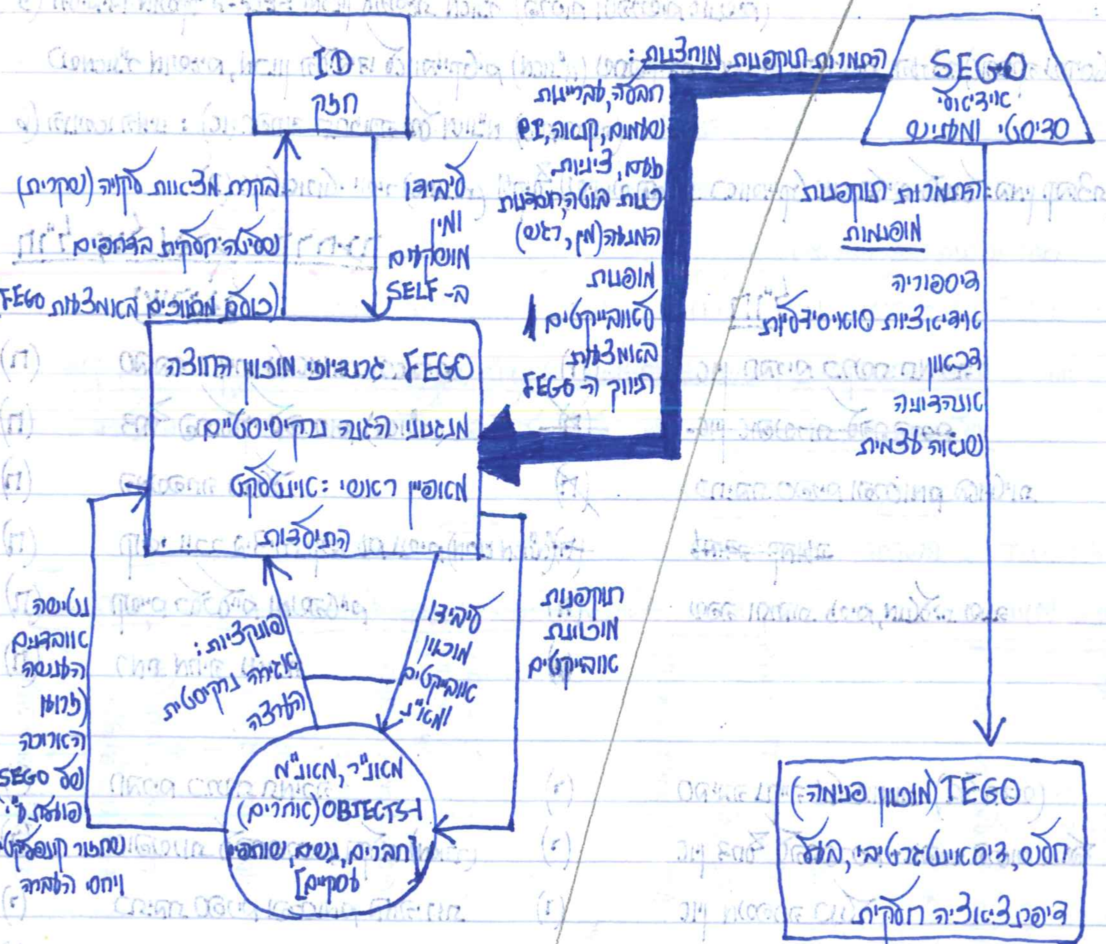
1. סופרגו סדיסטי ומענש שבאו הורגו נמצא בשלב פרימיטיבי (סופרגו אינדיבידואלי).
2. תוקפנות שמופנית ל-SELF במקום ל-OBJECT ("יתכן שקשורה לאיבוד").
3. עונשים = פעולות שמתאבדות בכל הנסיבות המשמעותיות.

העונשים שלי הם **פרסום** ו-**צאגירת מידע ועיבודו**. אלה עונשים נרקיסיסטיים.
שאר העונשים הם עונשים מדוממים: התנתקות, משפחה, לסקים, רכוש, שותפויות, מקומות מגורים, חברים, סגנון חיים.
במילים אחרות: בתוך המשמעות של חוסר יציבות וגזי קביעות (יחסים מתפוררים עם בעת טוב, עסקים מתמוטטים וקשיים כלכליים, אובדני רכוש, פירוק שותפויות, העתקת מקומות מגורים, חברים) - יש רק שני דברים שהם בגדר דאגות:
רצון/כחוב בלתי פוסק להתפרסם (מוטיבציה ראשית), להרשים, להדביר אנשים
והמקס של אגירת מידע ועיבודו - המרוק לקריאה (מדיה) או ישירה (חוויות).
אני עושה שימוש בכל מצב, טובה, אירוע כדי להתפרסם. לא יהיו לי מחצבים קבוע זה כי זה תחליף לתפקודי אגו.
ואני אוגר מידע ומעבד אותן ללא הפסקה: ע"י קריאה, צפייה, שמיעה או חוויה ישירה.

התוצאות: **אני מכור לפרסום, הרפתקן רוחני והרפתקן גשמי - זו הגדרתי העצמית.**

הסבר לתרשים

1) הסופרגו (SEGO) מענים בשל מעשי האגו העיקרי (FEGO)
2) יש נתק בין שני חלקי האישיות. הקשר היחיד ביניהם: SEGO מענים ומתעלל.
ה-SEGO הוא הרכיב האינטגרטיבי היחיד!
ID - FEGO - SEGO - TEGO



3) מקור ההרס העצמי בסינתקוקציה TEGO - SEGO וכן FEGO - SEGO (כאומר: ה-SEGO).
מקור הנרקיסיזם והתשוקה הליבידינאלית ב-FEGO.
4) SEGO מעניש על מעשי FEGO. מוקד תחושת הענישה ב-TEGO. ה-FEGO "ביצועי" (טוב/רע לי, ישנאוני לי)
זה מבנה פרימיטיבי. מכאן תחושת ה-"למה זה מגיע לי?!" והפרנויה.

5) הליבידו מושקע ב-SELF ומכוון להשגת מאו"ר (פרסום ולהרשים אנשים) כשמאו"ר מושגים, מכוון הליבידו לאובייקטים (מאו"א) שתפקידם: אגירה נרקיסטית והלגבה (אספקה נרקיסטית)

6) הנושא המיני: (א) הספקה תחטוקה של מאו"א (גם אשה)
(ב) אוטואירוטי ישיר (אוננות) ועקיף (שימוש באשה כאובייקט או כפטיש-למשל: במין קבוצתי).

חו"ל מול ארץ - הרחבה

ישראל		חו"ל	
(+)	סביבה רווית טראומות וכאובים	(+)	אין חברים כרשת תמיכה
(+)	דחף פתולוגי לפרסום (מאו"ר)	~~(+)~~	~~אין אפשרות להתפרסם~~
(+)	המשפחה כנטל	~~(+)~~	כתיבת ספרים ופרסומם באנונימיות
(+)	קושי ניכר ביצירת קשר עם נשים (מסוג מאו"א) ~~(+)~~		~~להחזר קבוצה~~
(+)	קשיים כלכליים ומשפטיים	(+)	שפה ותרבות זרים, מעלות שונה
(+)	רמת מחיה נמוכה	[illegible]	
(-)	חברים כרשת תמיכה	(-)	סביבה נקייה מטראומות (דף חדש)
(-)	אפשרות להתפרסם בקלות (מאו"ר)	(-)	אין דחף להתפרסם - אפשרי פרסום מוגבל
(-)	כתיבת ספרים ופרסומם באחריות	(-)	אין משפחה כנטל
~~(-)~~	~~בחירת ליסוקים ולהחזרה~~	(-)	אין קושי ביצירת קשר עם נשים (מאו"א)
(-)	סביבת שפה ותרבות	(-)	אין קשיים כלכליים ומשפטיים
		(-)	רמת מחיה גבוהה

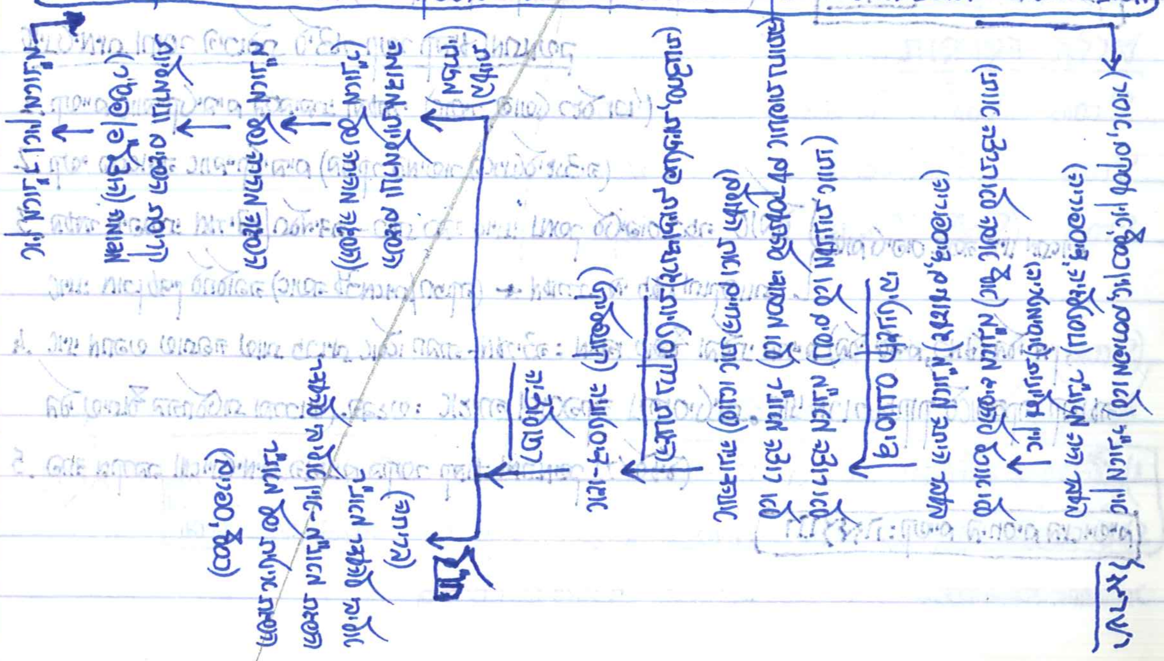
ניתן לראות בישראל "אויבה נרקיסטי" - כלומר: שטח גיאוגרפי שבו בגוף הפתולוגיה הנרקיסטית לידי ביטוי מקסימלי ועבר "אוני שקרי מורחב" (מהבחינה הטריטוריאלית). הדרך כללי מצמצם האויבה הנרקיסטי וכולל את מקום העבודה,

מגורי המשפחה ומגורי חברים. אולם אני הפכתי את ישראל לאויבר נרקיסטי באמצעות הפרסום: תוצאת הפרסום זהה לכך שבכל שטח המדינה הקיבעתי את האני השקרי המורחב בצורת תדמית שיצרה בעלות קדומות, מעטין כלי; [illegible] מעשים רעים והובילה לטראומות, למקומות הקשורים לטראומות ולאנשים הקשורים לטראומות. הפרסום שיקף ושכפל את כל אלה: מנגנוני ההגנה השונים שהם חלק מהאני השקרי התפשטו גם הם, נוצר אויבר נרקיסטי פתולוגי.

לאויבר הנרקיסטי הפתולוגי קיום בלתי תלוי בקיומם של מאו"ר ומאו"א.

המלים אחרות: <u>תלויות באספקה הנרקיסטית הנובעת ממאו"ר ומאו"א אינן משנות את מאפייניו ואת עצם קיומו של האויבר הנרקיסטי הפתולוגי</u>. אני יכול, למשל, להפסיק להיות מפורסם ועדיין לחוש פתולוגיה נרקיסטית בכל שטח ישראל - אך לא מחוצה לה.

לאויבר הנרקיסטי הפתולוגי פונקציית אגירה נרקיסטית שלילית מתמשכת. מאו"ר ומאו"א מאפשרים אגירה נרקיסטית שלילית באמצעות אספקה נ' ואגירה נ' חיוביות בהתאמה.



השערה מאורגנת: פחד מקרבה או מאינטימיות

זהו מנגנון הגנה נרקיסיסטי המאפשר מספר פונקציות הגנה בפני:

(א) שימור הגבולות של האגו (=הבחנה) מול מורכבות יחסים סימביוטית

(ב) מיסתורין ומיוחדות (לכולם יש אינטימיות = המוניות, אינטימיות הופכת אותם כולם למיוחדים)

(ג) מניעת יחסי טרנספרנס שבאמצעותם אנשים הופכים את השותף ליחסים

(ד) מניעת פגיעה נרקיסיסטית תמורת הנטישה

(ה) אינטימיות יוצרת דינמיקה של תחושות מיוחדות, רגשיות, נזקקות

הכלים שבהם אני משתמש למניעת אינטימיזציה:

(א) מסירת מידע שקרי על עצמי, סיפורי, ההיסטוריה שלי ורגשותיי - כלומר מידע מרתיע ומאיים

(ב) דגש על נושאים (קשיים, מצבים, סיבוכים, תסכולים) המוקדם על אופיים (מה אני חש ביחס ל...)

(ג) יחסים אסימטריים (מלמד | מורה | גורו | פסיכולוג | [illegible] | מבוגר)

תוצאה: מרשים ומרתיע

אינטימיות וחוסר היכולת ליצור קשר קבוע ומתמשך

1. קשיים אובייקטיביים בסביבתי ואלמדי (עוני, פושע, רשע וכו')
2. קשיי הבנה אובייקטיביים (בעיקר במישור האינטליגנציה)
3. בלמוד חיפשתי אידיאה/התלמידה - כלומר כבר טירוני מוכן לטיפוס כבר אובד } שום טיפוס אוהב אינו מתאים
   אינני מוכן לוותר על התפוכה (אוהב לנאמנות/חטיבה) ← מעוררת בי פלא ותוקפנות
4. אינני מחפש שותפה שאת צרכיה אוכל חבות-מעריצה: משה רוצה לו והסלת מחייב (עבדי, כמצב הבי אין, בלי שיתוף בהחלטות ובהרגש). הדגש: אגירה ואספקה נרקיסיסטית. אני מחר ובודק לאספקה קבועה
5. פחד מקרבה ומאינטימיות הנבנים בקשר קבוע ומתמשך (ר' לעיל)

תוצאה: קשיים ביחסים הבינאישיים

אינטימיות וחוסר היכולת ליצור קשר רומנטי | מתבגר | מיני | מסכן

1. אני מתנגד למין מנסים רגשי ניכר. מין אוקרטי ומתבגר הוא "מלוכלך", "מטפש". הוא מציל נטישה ואובדן מיוחדות.
2. מין עשוי להוביל ליחסי תלות, שיקשה עלי מאוד להבחין בהם.
3. אין לי ענין במין ללא קונפליקט רגשי ונרקיסיסטי - המוקד נרקיסיסטי! אם אני מענין עצמי במין כוזי-נאוק.
4. יחס לזוגות/תכלית [illegible] גבוה - גברים הנשקלים גבוהה מדי יחסית לתמורה ויש הפרדה בין אגו"ר והעיסוק במידע
   (השלבים שלפני השלבים שאחרי רק תמורה גבוהה מדי לשלבים שבאמצע)
5. פחד מקרבה ומאינטימיות הנבנים אפילו בקשר אוקרטי ומתבגר (ר' לעיל)

תוצאה: קירורות מינית

צעיר נרקיסטי - מוגג אוטואוטיזם של אונ"רים ומגונים. נשמר כאחד התהליכים הטכנים. נעשה מוטב אופקטיבי טהר. תסכול נרקיסטי - המדובר מתמשך של אונ"ר בלי התגייסות של הסביבה הפנויים לצורכם.

טבלת העדיפויות

✓ פרסום ✓ סקס ✓ בת-זוג — אידיאלי

✓ פרסום ✓ סקס (✓ בת-זוג) — מתקבל

✓ פרסום (✓ סקס) ✓ בת-זוג — מתקבל

(✓ פרסום) ✓ סקס ✓ בת-זוג — לא סובל

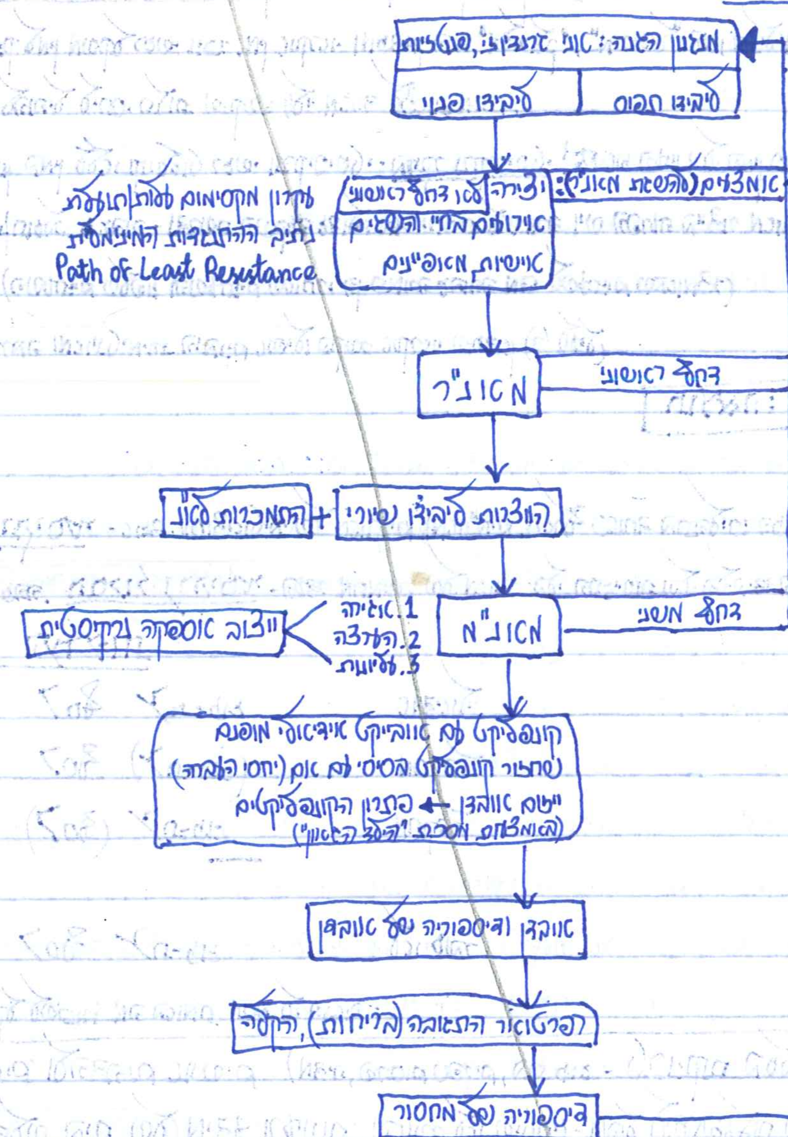
לפעמים קל לשכוח מה בדיוק משמש לי הגנה:

עוגנים:
1) לחרדים ולהדבדים אוושים (מדיה, פרסום ספרים, בת-זוג - טכניקות בלבד!)
2) להתפעלות הים של מידע ורשומות (בטווח לא שיטתי) - מוביל להתפעלות הסביבה

אני נוהג בהדים נוספים (נסיעות, אוכל טוב) - אבל הם ממש לא הכרחיים.

ניתוח שלת העדיפות

מודל סדרתי: כל שלב הוא תנאי לקיומו של השלב הבא. דוגמא: לא יתכן מאונ"א בלי מאונ"ר.



1. בת הדוג ממלאות פונקציה של אגיה נרקיסטית - אין צבכון חיצוני כמין של מאונ"ר. הכך ממלאות צרכי ההתמכרות.
היא לצאמה. מאונ"ג נובל מאונ"א - היא מספקת הערצה וכניעות (= עליונות). הכך מוכיחה את המיוחדות שלי.
יש מצבים שבהם היא חדלה למלא את שתי הפונקציות (כלומר לא מייצבת את רמת האספקה הנרקיסטית):
(א) אישה מתוחכמת או מעניסה דיה להבין כדי להעליל או כדי לגנור (אישה חסקנית או פצומה)
(ב) אישה מסוגלת להעליל בשל קרבה ואינטימיות (ביטול האוטומטיה המיוחנית) והאוטקטיבית)
הויום האומיתי הקרבה ואינטימיות: אופונקציה או דיספונקציה של מאונ"א בשל אובדן האוטומטיה של המיבע
(ג) אין מאונ"ר ואז אין מה להעליל או לגנור. קיום מאונ"ר יוצר התמכרות שמחייבת מאונ"א קבוע.
הכך הופכת בת הזוג לאופונקציונלית או דיספונקציונלית. היא נהיית סוכן אובדן נרקיסטי
(1) פסוביאי (המאור נוצלה משמש להשוואה שגורמת לדיספוריה של אובדן)
(2) אוקטיבי (בריחות, השפלה ← יחסי הלבחה ושחזור הקונפליקט האדיפלי)
יש פגיעה ביחסים האנושיים יש סתירה מובנית: אשה מתוחכמת ומורכבת שתפצל אגיה, הערצה וכניעות!
לא "יתכנו יחסים בינאישיים כשהם מתבססים פונקציות אגיה, הערצה וכניעות:
א. כשאין מאונ"ר והתמכרות
ב. כשיש קרבה ואינטימיות
מנגנון ההגנה הנרקיסטי הראשוני (אוני גרנדיוזי) ומנגנון האנרגיה המקבילים לו (קיבוע תפוס המושקע ב-SELF)
מונעים מכלל תשבון יחסים בינאישיים אמיתיים. קרבה ואינטימיות פוגעים באוני הגרנדיוזי באמצעות אובדן
פונקציות האגיה, ההערצה והכניעות. אין די מספיק קיבוע להשקעה בבת זוג.
2. המערכת הנפשית שואפת על שיווי משקל ברמת האנרגיה המינימלית. כל תהליך מתבצע בנתיב ההתנגדות
הפחותה ביותר (PLR) כך שיש העדפה לאמצעים שמובילים למאונ"ר וצורכים הכי פחות אנרגיה.
דוגמא: אם אירועים בחיי יספקו את כל המאונ"ר - אפסיק לכתוב, כי **יצירה אינה דחף ראשוני**

תסכול נרקיסיסטי

מתקיים מאבק תמידי בין TEGO ל-FEGO. כש-TEGO מתחזק מושם דגש על מאו"ג (בת-טוב) ועל אהובה. נוצר מחסור כבד במאו"ג ותסכול נרקיסיסטי. FEGO נכנס לפעולה. הוא בונה מצב (תוך שימוש בהתקפות שקיבל מ-SEGO) שבו ה-TEGO לא יוכל להתבטא. במצבים אחרות: הוא בונה קונסטרוקציית רעיון שבה הוא אפשרי למצוא בת טוב ולחיות לצידה והוא אפשרי למצוא אהובה שאינה מנקה או"ר (פרסום). מתפתח אופק שלילי כלפי בת טוב ואהובה בן-אנג'לית וייס אובייקט גרוע.

היום אני אוסיר לשבר (מקושה של מציאות בת טוב ומצמצם מאוד אהובות בן-אנג'ליות)

שקול בחובות (כנ"ל)

עם בעיות אישיות (תוקפנות כלפי בת טוב + מרד בסמכות = קונפליקט) אופייני לא פתור (טוב/רע)

מקושה על מציאות לאהובה ... מקושה על מציאות בת טוב

כך אני נבחן למצב שבו הדמויות העליונה: מיתר מאו"ג והספקתם. אני כמו מכור בקריז מתמשך.

הסבר דינמי ליחס לנשים

הנרקיסיסט רואה את בני האדם כאילו את הדמה בכלל כמקורות אספקה (=פונקציות) נרקיסיסטית. כשחושבים על משהו כעל פונקציה, חושבים עליו כעל מופשט, סמל. קל, אם כך, להחליף אותו בסמל אחר.

בשלבים שונים של הפתולוגיה, הנרקיסיסט נסוג מטיפול ישיר בסמלים מאוויים, נסוג ממגע עם בני אדם כפרטים ובמידה פוסעת לכן החברה. הוא מתבודד ונוסה להיות אוטרקי. הוא מבצע OBJECT WITHDRAWAL. בתחליף לאובייקטים שמהם נסוג הוא משתמש בבת טוב. היא מסוגלת לספק את כל צרכיו (מיניים, חברתיים ונרקיסיסטיים). היא ממלאת תפקיד של OBJECT REPLACEMENT המוצגות OBJECT REPRESENTATION, אבל בהדרגה מתיק הנרקיסיסט את כל ההיקף שלו שהיה שמור לאובייקטים (לעולם החיצון) ומעביר אותו אל הבת-טוב. היא לא לומדת אהבה וחדלה למלא את הפונקציות הנרקיסיסטיות (חדלה להודות, מתמרדת נגד הכניעות שלה והעליונות של הנרקיסיסט ומסרבת להשתתף בחזון והכל אינה אוהבת טוב). הנרקיסיסט עובר מאידיאליזציה

לדבלואציה והיחסים מתפרקים ומסתיימים.

תפקידי בת הטוב: סימול האובייקטים בעולם החיצון שממנו נסוג הנרקיסיסט + תפקידים נרקיסיסטיים: אצל הנרקיסיסט עברה התמכרות נרקיסיסטית למקורות אספקה נ"ר. אולם כמיעוטם של מאו"ג היו תנודתיות. תפקידי בת הטוב (מאו"ג): ייצוב האספקה הנרקיסיסטית (הלדבה, כינות ודאגה מתמידים).

בריחה לעולם דמיוני

כבר עלרתי ועסקתי בשימוש האמצעים שקיימים במסגרת הרפרטואר ההגנתי (בריחות).

מילדותי אני נמלט אל שני סוגים של עולמות דמיוניים:

(א) יקום הידע: שבו השליטה שלי מוחלטת ואני יכול להגדיר את מרחב המאורעות ואת האונטולוגיה עד הפרטים.

(ב) הדמוני השקרי המורכב מהדמוני הגרנדיוזי, מהאובייקט לאידיאליזציה ומהפנטזיות (והשקרים!) הקשורות בשני מנגנוני ההגנה האלה. לשם כך נעשה שימוש באנרגיה מיוחדת ארגונית.

אני נמלט מהחיים על כל היבטיהם ומה שאני מארכיבי:

מוצאו, ליר לידה והתבגרות, הורים, שכבה סוציו-אקונומית, קבוצת גיל, שכבת השכלה, צבא, התמודדות עם החיים בעיר הגדולה, נשים, כלא, עסקים רציניים, יהדות.

ההמלטות הזו נעשה מבעיות הסתגלות (כמו: שתיינות) אולם זה גם הופך אותי לתמהוני/מורד (=מיוחד).

הכלא, למשל, נמלטתי מהסביבה החברתית אל "מבצרים אינטלקטואליים" (ספריה, חדר לימודים) ונמלטתי ממציאות חיים קשה ולובה מאוד על הפנטזיות של "להיות שוב (סופר) מפורסם".

שנאת הכחשות

שנאתי את הכחשות שבחן חיי הנוער: החלטתי מאוד להשוך כל עיקר מוסכם, הסתירה והכחשה זה הובילו למרד בדמויות סמכות.

(*) התגובות שלי לסקס ולנשים (אהבה ויחסי אהבה) פתולוגיות ותוצאות שימוש הקונסטרוקטים עם התאמה לקויה למציאות (אוטיאסטיפיה ... אוקמודציה)

חיפוש אחר משמעות החיים

משמעות לחיים ניתן לצבור מארבעה מקורות:

(א) בת זוג ומשפחה — מימד העבר והעתיד, מוכוונות למטרה, שלב חיים קשיח, יציבות (נרקיסטי)

(ב) החיים עצמם. — חוויות, אנשים חדשים, החיים הטובים, הטבע, מידע, עבודה, כסף, רגש ואוספים (אונטולוגי)

(ג) פרסום והצלחה — צבירת המשמעות מהמבט הקולקטיבי (נרקיסטי)

(ד) מערכת טרנסצנדנטית — דת, מדינה, קהילה, הטבע, הקולקטיב (אונטולוגי)

בת זוג ומשפחה:

בשל הגנות נרקיסיסטיות קשיחות ובשל קונפליקט אדיפלי לא פתור שנוצר להתחבר עם בת זוג - מלא הדאגות פתולוגי ושונה מיוחדות. אין התגובות המוניות לבודדים. יש פגיעה בקונסטרוקטים פתולוגיים של גרנדיוזיות ופנטזיות. יש דיספונקציה פסיכוסקסואלית. המשמעות הנצברת כוון פתולוגית עם מבט אובייקטיבי ומאוזן אוניברסלי שפליים.

החיים עצמם:

אני יכול לצבור משמעות מעצם החיים, מתנועה בלתי פוסקת, מחוויות, מאנשים שונים שפוגש, מהיכרות בתמורות ובבתי מלון, מתיירות, ממידע - אוצירתו ולימודו. כוון הוונות המשמעות מותנית בדינמיות בלתי מוגדרת ומהירה מאוד. דינמיות כזו יכולה להיות אופקית (תנועה ממקום למקום, חוויות) או אנכית (היכרות מעמיקה עם בני אדם, עבודה).

פרסום והצלחה:

המשמעות נצברת כוון מלהדת קיומו של מבט קולקטיבי ולאו מתבונן של המבט הזה. זו הצורה הפרימיטיבית ביותר של הלהבת תפקודי אני הדווקה. זו גם הצורה המהירה ביותר של צבירת משמעות - אבל עליה נקדם בה: המשמעות הנצברת חולפת במהירות. כיוון שאין תלות בתכנים, אין הבדל של שדה הפרסום או ה"הצלחה": פשע, עסקים, כתיבה, חיי הפרטיים, או ספרים שכתבתי.

מערכת טרנסצנדנטית

לא ישים לאור בעל הגנות נרקיסיסטיות קשיחות (למשל: שונה מיוחדות ולציונות - גרנדיוזיות).

משמעות מוקנית לחיי רק כשאני משלב רכיב נרקיסטי עם רכיב אונטולוגי. אלה הרכבים האפשריים ויחסי גומלין:

בת זוג והחיים - כשומר, יוצר מאגר אובייקטיבי ואוניברסלי שפליים.

החיים ופרסום - אופטימלי.

בת זוג ופרסום - תנודות בין אופוריה ודיספוריה בשל החוסר הרכיב אונטולוגי.

מומלץ לסוך הכל ניידות גבוהה, מפגשים עם אנשים ומקומות, תגמול כספי גבוה שמאפשר לצבור אוספים ומידע. חד הבהב יש להוסיף לסוך שיוביל לפרסום כלשהו. דוגמאות: יוצר וסופר, ליתנאי ופילוסוף, יוצר מאומרים וכותב

יתכן שלאחר טיפול ארוך לחיות חיים נורמליים עם בת זוג ואז הסיכום האינדיבידואלי: חיים, בת זוג ופרסום.

ניתן לטעון ששוני נמצא בחיפוש אחר משמעות בצורת קיומי ושוני כדוס של בת זוג שסיוגה מעניקה לי משמעות.

מאפייני משפחת המקור

(א) הכחשות מאסיביות - כלפי פנים ("כי לא בעיה כי הבעיה") וכלפי חוץ ("אסור לספר סודות של המשפחה")

(ב) דיספונקציה אובייקטיבית והפרעות אובייקטיביות ואישיותיות (כפייתיות, היפוכונדריה, דכאון) של כל חברי המשפחה.

(ג) ניתוק מהרגשה, אונטולוגיות, דחייה פעילה של מגעים תקינים (מוביל לליקויים בסוציאליזציה והאינדיבידואציה או התפתחות מינית)

(ד) תגובות פתולוגיות (קנאה, דחייה, לעג) כלפי המשפחה המורחבת בשל קיפוח והשוואה.

(ה) השקפות מיתולוגיות תרבותיות ומיושנה אופנית הבנפה

(ו) דגש על הגיון, חישובי רווח והפסד ויצר במבטאי עליונות

(ז) בריחה יצירתית לעולמות פנימיים בדמיונים ולשירים

אינטגרציה: מסכות

שורש הבעיות הוא התחושה שיחסים עם בני אדם נמצאים בהכחשה, בתחיה והבדידות (כמו נהיה עם אמי).

בהרחבה: כל התקשרות רגשית עם מישהו (מקום, תפקיד, כסף, רעיון, יצמח, תלונג) - נגמרת רע ובנטישה.

מכאן ההמנעות של מכל קרבה, אינטימיות ואהבה - והרחבה: מכל רגש, או התקשרות, מחויבות, מסירות,

ההתאבדה; תכנון לעתיד, השקעה רגשית אובייקטית, מוסר ומצפון (אין מחר ואין בטחון), פיתוח תחושת בטחון, לנוע.
ולכן, לאמץ דברים שתלויים בי במאוד אחרים: יש רק דבר אחד כאן: אגירת יגע ועיבודו.
כיון שיש עוקבת שיורי טיפול הפעילות הבסיסיות ביותר, הבנתי אוני ספקי, גרנדיוזי הפעלות שמשמעותי
לסיטואציות שבהן יש סכנה אובייקטיבית. כשהיה לו טוב - אוני משתמש במסכת "אוני יפה".
עצרו שתי "מסכות" המשמעות אחת השפלות שונים על צבעי אינטראקציה:
במצבים בהם סיכון אובייקטיבי (בת חוג, מקום עבודה נגים, חברים, משהו מלא כמו מובנה, יציאה לעבודה) -
שלב I: הדוני הספקי - אוני מיוחד, גרנדיוזי, בלתי פגיע, אומניפוטנטי, יודע-כל, לא שייך
במקום אוהבה - מקבל התפעלות ואוהב לבאו ממנו (הבנה ילדותית שמשולבת כל...)
שלב II: הדולה הגאון - מוגע פגיעה (לא פוגשים הכל) מפני אחרים
נמנע מפגיעה (יפה אינו מבין מה קורה בסביבתו, אינו משקיע רגשית:)
משחק בחיים, ואינו מתעסק בפונקציות רגשיים - מין, סמים, 'ילדים) אוןהבות
נמנע מפעילות אתגרית ומפתח תחושות חסינות ורגשה מפגיעות, ההפתק מסוכן
מרגיש מרוחק ומסוכנות בקהל מוגבל, הכל מותר כדי להסתבך מפגיעה = מעמדן
מבוגרים בתפקודים כוונסים שנעזים ודוחים - שומר על תמימות ונאהבות
נמנע מהצורך לאמוד בינורים של מבוגר (הריצה, למאוים, אוקדמאים)
הדוני הגרנדיוזי מתקיים מכח הספירה בין "גע" (או של מנעולי) לבודדיים
במצבים שבהם אין סיכון אובייקטיבי (שותפים מבוגרים, למשל) יש מעבר ישיר לשלב II ונשימורו.
התדירה הוא שימוש בלתי מתחיין בשתי המסיכות (indiscriminate). יש מצבים שבהם לא אין כלום הוא דיספונקציונלית.
דוגמאות:
(א) אוני יוצא עם בחורה - רובג. בשלב הראשון אוני עושה שימוש באוני הספקי בכשהמטרה הפועלה: להפגין אותה
למאוג"א ולהלמיד אותה המתחין (הוא תנעונ/תנספג/תבגוה אחרי שהגלה מי האוני הספקי שלי?).
כשמסתיים השלב הזה ואת היחס הוא מאוגא ומתחילה לה לנטוש - אוני נותן אומן התחלהבה. האוני הספקי:

שלי מסופק מהאמוג"א ויוצא מהתמונה. הוא לא יחזור לתחית התמונה אלא אם תפסק הג"ג.
לאחר מכן מתחיל לפעול היכלה הגאון שמטרתו להמנע מפגיעה ודחייה - בכל מחיר, ותוך פיתוח קשר רגשי.
התוצאה אוני ספקי בוקע: יפה הגאון בחיית מתחמק את הגידת את הקשר ואת עשיה.

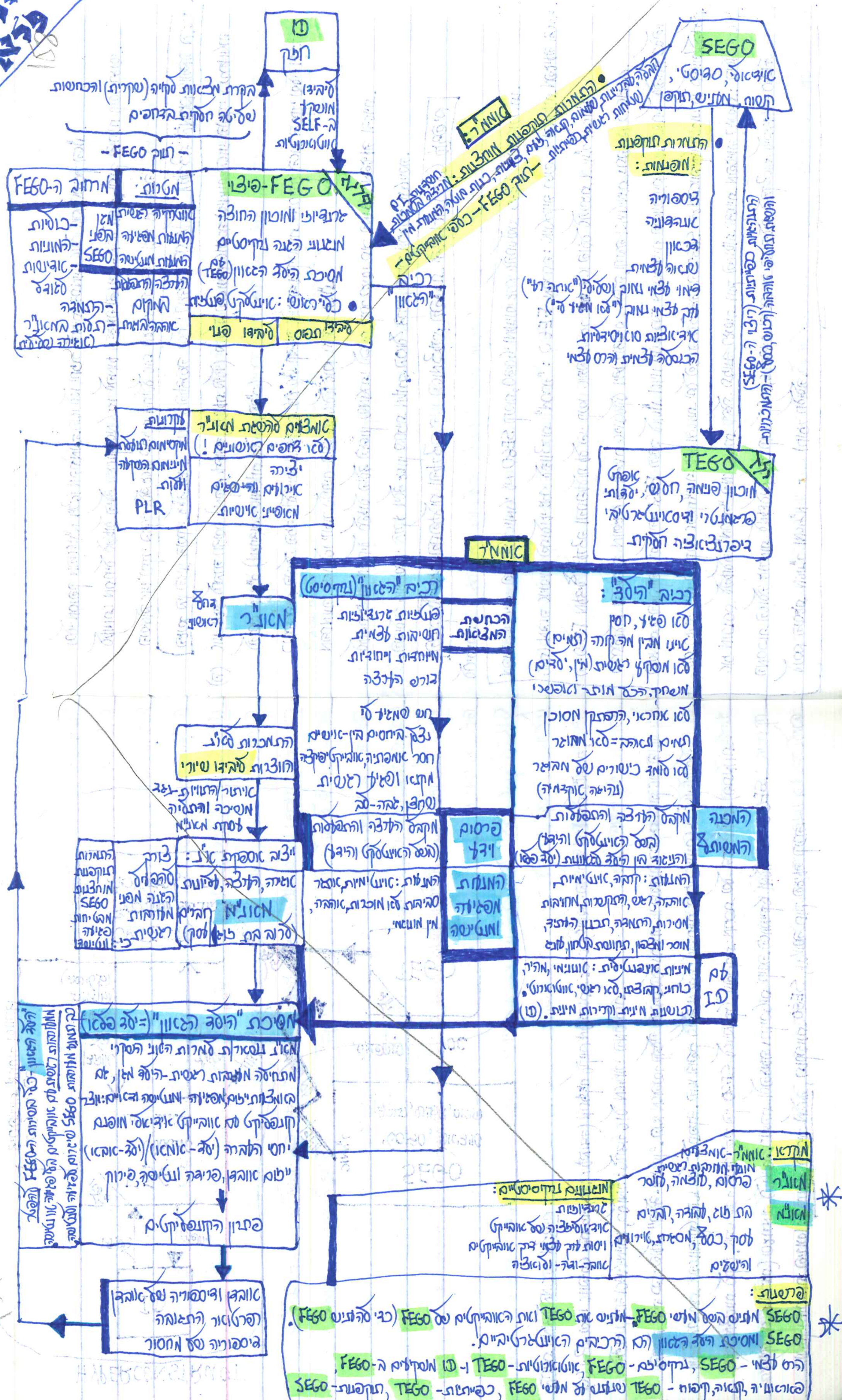
הקשר בין האוני הספקי ליפה הגאון הוא ההדדיות של שניהם: התפעלות והערצה במקום אהבה בוגרת.

(ב) אוני מגיע לעבודה חדשה (מקום עבודה, השלמת תוכנית). בשלב הראשון אוני עושה שימוש באוני הספקי בכשהמטרה
להשיג מאוג"ר (מיוחדות הצומצלות לסיועות, הב"כ).
כשמסתיים השלב הזה ולעיתים מתחיל עם גיל קצר וגידה בקריסטיה - מסופק האוני הספקי שלי ויוצא
מהתמונה. הוא לא יחזור לתחית התמונה אלא אם תפסק הג"ג.
לאחר כאות, מתחיל לפעול היכלה הגאון שמטרתו לפתח קשר רגשי תוך המנעות מפגיעה ודחייה.
התוצאה אוני ספקי בוקע ויפה הגאון בחיית מאחר בסוף דחייה, פירוק משכנות ונטישה.

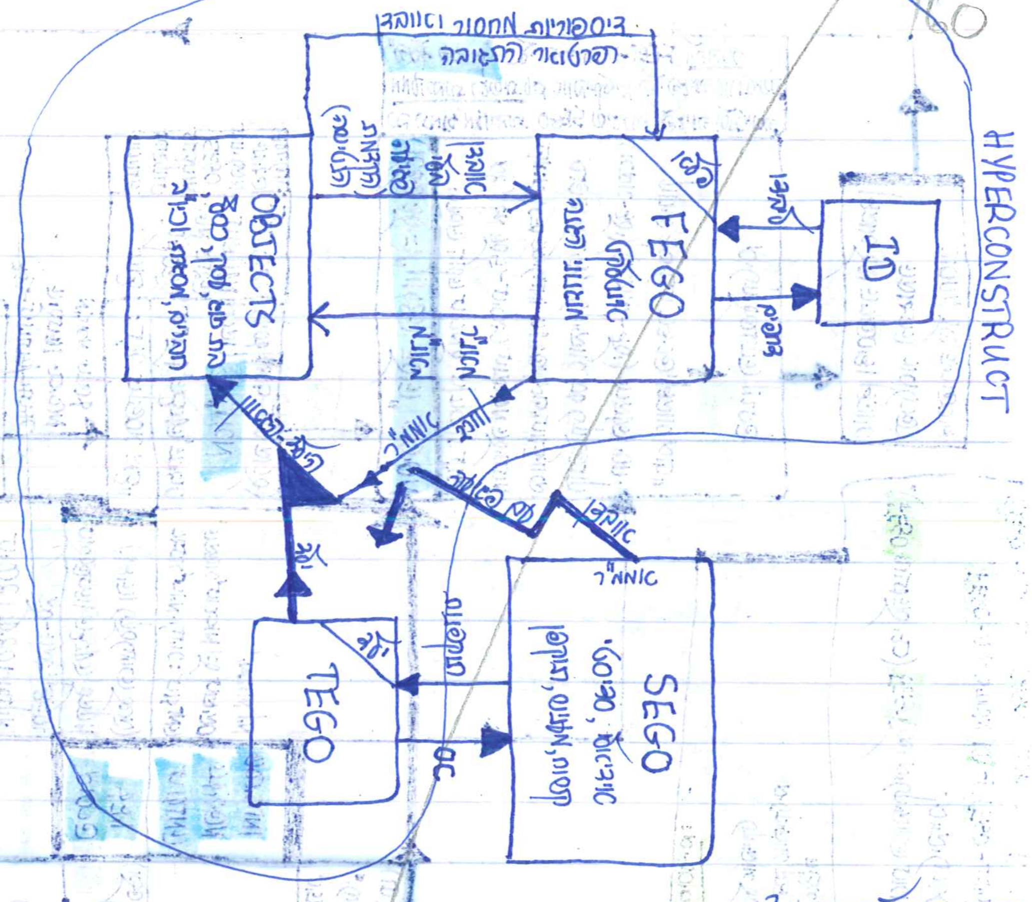
הקשר להשיג התפעלות והערצה הוא הצומצות הערכת יפה ואינטימיות עודפים

לסיכום:

מבנה אישיות פסיכו-טראומטי עם SEGO קשוח, סדיסטי ומתנשא גרם להחלשת TEGO ולהתפוררותו.
אותו מבנה אישיות פתולוגי גרם להיווצרות "מסכה": FEGO. מטרתה: אוטרקיה רגשית והמנעות מפגיעה ודחייה
ה-FEGO מעדיף הערצה והתפעלות על פני קשר אוהב בוגר. הוא פועל להשגת מאוג"ר ומאוג"א.
ההתפעלות וההערצה מושגים ע"י הפגנת אינטלקט ויפי עודפים. אהבה, קרבה ואינטימיות נתפסים כמאיימים.
כשמושגו המטרה של ה-FEGO הופך למאוג"ג ואינו נוטה כבר במפגשים הראשונים - אוני מתחיל לפתח כלפיו
יחס רגשי, ויש התפקוד אובייקטיבית של ודאות של פגיעה בציבה: ה-SEGO יפגע באובייקט ויגרום לו לנטוש ולהעלם.
את מוכנות לפעולה "מסכה" המאופשרת קבלת תגובה רגשית תוך המנעות ודאות מפגיעה רגשית: "היכלה הגאון".
המסכות הכוללה גורמות למעגלים של קונפליקטים, אובדנים ודיספוריה המובילים להקצאות ליבידו ל-FEGO
לשם השגת מאוג"ר ומאוג"א - ותוצר חלולה.



SEGO
ID
תינוק
FEGO-פיצוי
מטרות:
מרחב ה-FEGO
TEGO
PLR
רכיב "הילד":
רכיב "הגאון" (נרקיסיסט)
מסיכת "היסוד הגאון" (=ילד פלא)
מסקנות:



<u>בניית המודל במספר מצבים</u>:

(א) מצב שבו אובייקט (בת זוג, מקום עבודה) מתפקד כקיום מלהבות רגשית (למשל: בת זוג מתפקדת כנותנת, סיפור קרבה ואינטימיות), כלומר: כתחליף של מזמורי המשיכות.
המצב הזה כבר פותח "הילד-הגאון". הוא מאפשר קבלה רגשית בלי נתינה או השקעה רגשית. אך אם הוא
מוצף ברגשות מהאובייקט, הוא חדל לתפקד. הוא הופך לילד מושלם (מבחינת חוסר אונים) ולגאון מושלם
(בוחן מציאות לקוי). מתאפשר מגע ישיר בין SEGO לאובייקט ונפתחת מסכת של התפלגויות (התמרות
תוקפנות מוחצנות) שגורמות לנטישה כואבת ולפגיעה נרקיסיסטית קשה. האובייקט נמלט מה-SEGO.
כשמן המסכות פירושו: <u>מלהבות רגשית מלאה</u>, תוקפנות SEGO, נטישה תוך פגיעה קשה.

(ב) מצב שבו מתחילה הדרדרות של מאונ"ר - מה יקרה ליחס לאובייקטים?
במצב כזה תהיה הצטברות הסברה ונטייה לפגיעה הנרקיסיסטית של ה"מאונ"א והדרדרות של המאונ"ר (שחיקת הדימויים
בשל שימוש תכוף) עם בשל הדרדרות של המאונ"ר. למגע של המנגנונים הגורם במקומות אחרים. גם כאן, החלשות
ה-FEGO מאפשרת מגע ישיר בין ה-SEGO לאובייקטים, ואיומה לנטישתם ויתר החלשה של FEGO במקביל להתקפת TEGO.
<u>חוק כלים שלובים</u>: SEGO וההיפרקונסטרוקט (היפרקונסטרוקט): FEGO, TEGO - ילד גאון. נלחמים
ביניהם על הגישה לאובייקטים. ההיפרקונסטרוקט כוכב שכ-FEGO חזק ויש לו מאונ"ר רבים ומנגנונים ולהיפך.
<u>כש-SEGO כוכב</u>: נוצרת מלהבות רגשית לאוקה, חוזרת בשל הידיעה הברורה שלולתיו התמידיות של SEGO,
מושיים כפיתויים לתיעול החרדה וגיטרוסה, התמרות תוקפנות מוחצנות מ-SEGO לאובייקטים, האובייקטים מגיבים
בפגיעה, נטישה, פירוק או שינוי (כאשר החרדה כה גדולה שאם שינוי נתפס כנטישה). נוצרת פגיעה נרקיסיסטית קשה.
ה-FEGO נחוח!
<u>כשההיפרקונסטרוקט כוכב</u>: מופעלים כל המנגנונים שיפורטו להלן כדי "לתפוס מרחק" ולמנוע פגיעה רגשית.
מסכת הילד הגאון מובילה להתפלגות בוסר ולאובדן הרגשתי של בוחן המציאות. האובייקטים מגיבים בפגיעה, נטישה,
פירוק, או שינוי. נוצרת פגיעה נרקיסיסטית קלה יותר.
<u>קונפליקט הגנטורסים</u>: ה-SEGO מעוניין במלהבות רגשית לאוקה. להתמרות התוקפנות המוחצנות
שלו יש את המשקל הכי גדול בהשקיעת מלהבות כזו.
ההיפרקונסטרוקט נבנה כדי למנוע פגיעה רגשית, הפגיעה, או נטישה שיכאובו. הוא עושה זאת באמצעים שנועמים
מרחק בינו לבין האובייקטים כך שכאשר נוצרת פגיעה היא פחות קשה. הוא מונע מלהבות רגשית כדי למנוע נטישה כואבת.
לכן כשההיפרקונסטרוקט נחלש (בשל התקשות של האובייקט) או מוסח (מקדים מיוה הליבידו לחיפוש אחר מאונ"ר)
או כשיש הלבלבל קשה במאונ"ר - מתפתחת מלהבות רגשית יחד עם התמרות תוקפנות מוחצנות מכיוון SEGO.
גורלם של יחסים כאלה הכור מראש: כיוון שהצמד "מלהבות רגשית-תוקפנות" קבוע הוא מוביל תמיד לנטישה.
רק רביב אחד הוא נשלט תשלישיה: "מלהבות רגשית-תוקפנות-נטישה וכאב גדול" ולכן רביב המלהבות הרגשית.
באילו אמצעים נמנע ההיפרקונסטרוקט מלהבות רגשית ביחס לאובייקטים?

ג. מצבים לוגיים למעורבות רגשית (אוממ"ר)

א. אישיות והתנהגות

העדר התלהבות עד אובדנה ושעמום מתמיד ← רצון "לגוון", להתעופף "כמו פרפר" מנושא לנושא וכו'

תחושות לבלות ורדיפות קשים ומתמידים

היסטוריה של דכאון - מוביל להתבודדות, ניתוק מגע, כושרים מגע נמוכות, ביטוי הופעה והקפדה להופיע רגועי.

שנאה עצמית אינה מאופשרת להיות או להפתח מעורבות אישית = בה התמרה תוקפנות רגשית מופנמת.

התמרות תוקפנות מוחצנת: קנאה, זעם והתקפי זעם, ציניות, רגשות בושה ← מובילות לדיסוציאציה ולהרחקה

וכן לתוקפנות מינית ורגשית פתולוגית

כדי שהתמרות התוקפנות יבואו לידי ביטוי יש צורך בסף תסכול נמוך שיוצר תוקפנות,

תגובה פיצוי נרקסיסטית ומנגנוני הגנה נרקיסיסטיים: גרנדיוזיות, ייחודיות, העדר אמפתיה או אמפתיה
מניפולטיבית (קסם אישי, צורת חגיגה פסיכולוגית, חוסר מצפון, שימוש בידע)
פונקציונלית, הריסת הערכה, תחושה שמגיע לי, פנטזיות גרנדיוזיות, ניצול האחר, אובייקטיפיקציה של האחר,
פרפקציוניזם והרדפה ביצוע מוטמר להדרה
אינטלקטואליזציה (מנגנון הגנה) ומוצאות הבולטה (כל האובייקטים הם...), דה-פרסונליזציה וקונקרטיזציה (האובייקט
אומניפוטנציות
הוא כמו... מכונה ש...). מנגנונים אלו מתוארים, בכורות, עם FEGO ו-פסנו (האמסבת) אומניסייציות

מנגנונים אלו מובילים לתחלופיות רגש (הערכה והפחתת ערך במקום רגשות), הרחקה של אובייקטים והתכחשות.

דיסוציאציה (המסכות אינן "הדבר האמיתי" ואינטרוספקציה אינן אינה אותי, "האמיתי").

התנהגות: פגיעות נרקיסיסטית (קשה להכיל מפגיעות רגשית ונבהל להתמודד מאמר "מדי יותר")

תחושת "זר" והתנכרות (לא 'פשוט בי, אני זר' וגם אני אוהב אל פניות, אינטרסים, או תכונים.

ביזיון נשמור אהבה כבר אין מתואר מה מתמיד מספר אוהבה בוגרת)

הכחשת מציאות גאות (בהסכת כתמימות, או פסאודו-פגיעות).

חוסר בטחון מתמיד ועצמה ביחס למה שאין כזה, סינדרום שלילה מחזורית ← מוביל לשיטות כלפי אובייקטים ורגשות

התנהגויות כפייתיות לשליטה רמה עצמית של חרדה ומשום כפייתי אחר תחליפי אנרגיה (כסף, רכוש)

רגשיות שלא להם אינטגרציה, טכניות (יש בה "כואב"); ספחות מהחוויה פונקציונלית.

היפרקומפנסציה נוער כתוצאות מחוסרים חיוביים (אוטונומיה, סיפוק הצורך, גרנדיוזיות (כ"ג ביטחוניות)):

המסכות (גרנדיוזיות והתנכרות) "מתרות" של חוויית בין-קונפורמיסט, עצריני, מתמלא, חסר אחריות, חסר מנוחה, הפכפך,

בעל סף תסכול נמוך, משתעמם בקלות, בעל תחושת מציאות חסרה (במיוחד ביחס לכישוריו וליכולותיו), מסוכן, לא מוגבל.

הכל מותר - וגם הכל אפשרי (- וגם גזון). כך אינו נמצא "מספיק זמן במקום אחד" כדי לפתח מעורבות

רגשית. כך גם פיתתה מוסר ומצפון פרימיטיביים ופונקציונליים: מופעלים כשהם מביאים תועלת.

ב. אינסטינקטים ודחפים

המגעות מאמין או תבירות נמוכה של יחסי מין - פחות מעורבות רגשית (ר' הסבר על מנגנון מעבר/התמרה בהמשך)

תסכול אובייקטים רגשיים בגוף המגעות מין - התמרת תוקפנות מוחצנת מופחתת ביחס ל"רגשות" האובייקט.

דיסוציאציה מינית בתוצאות המפסת מין אינטרורונוי; קבוצתי - מנעמי, מהיר, כוחני, עם אובייקטים לא מוכרים ו/או

שמצידם אין סכנה למעורבות רגשית. אין ספורטיבי עם הספקות אורכות ושיניים קיצוניים בדפוסי התנהגות מינית.

דיסוציאציה של תוקפי חבה: המגעות מאמא (אוהב "לא מישהו נלמד").

המנוחות מיצירת משפחה ומהבאת ילדים

שימוש באובייקט כ"גולי" (אינרציה אובייקטית, היחסים עם בת הזוג "נשמרת" עד כדי התלמדות מהבל אובייקט אחר) -

זה מנגנון שמגן משני ממש לא אובייקטים אחרים. קירבה מינית עם אובייקט והעדר מיני עם אחרים.

ג. יחסי [illegible]

מניפולטיביות שיתר עם תחושות אומניפוטנציאליות ואומניסיינטיות יוצרת מיסטיקה של הסיעה, בחוץ מציאות חסרה, חיבוכים והנעשה חברתית.
המנוחות מקרבה ומאינטימיות, העדר הספקה רגשית, התכחשות והתבודדות (משכנים, משפחה מורחבת ומצומצמת,

מבת-זוג ומחברים) - הפחתת מסכות נגד קרבה ואינטימיות ומעורבות רגשית וגם מסכות בדפלות-הפעלת הרמנות

תוקפנות חיצונית של SEGO. לדוגמא: מיזוגיניה בשלה עם יסודות סדיסטיים וגועל - סוציאליסם ביחסים עם בת-זוג.

בתחליף למעורבות רגשית - יצירת תלות נרקסיסטית (הגוון), תלות רגשית (הילד) לא מוכרת והרגל. זה מאפשר

חלופיות (INTERCHANGEABILITY) של האובייקט. התלות אינה בַּאובייקט עצמו בָּאובייקט, הקפקות חסרת פיתוח.

השאלת האחריותיות מקשרים עם אובייקטים לאינטרוקציות חומריות ו-"אובייקטיביות".

בסיכום: התגובות התפעלות, הערצה, כעס, אשמה נובעות על פני נוהגות. לאובייקטים אין קיום אצלו כמאנ"ר וכמאונ"א.

תיאור והאינטגרציה משמעותם כבסיס עשייה ותחושת הערכה והתפעלות אישית (=אובססה נרקיסיסטית).
שחזור קונפליקטים מוקדמים בעוצמת האובייקט: אני רק מבקש להתנשא בכל פעם מחדש ושיאשרו שכולם טעו.
האובייקט נשמר במרחק רגשי מחשש מעוצמות הרגשות וכן צורך לבחון תמידי בעוצמות חשיפה רגשית עמוקה.
מארח התנהגויות דוחות ועלבונות: האם תבחין המיוחדות שלי - לאחר המעבר להתנהגויות אלה?
האובייקט חווה הסבר רגשי, כחייה, רתיעה, חוסר הבטחון וכך נמנע ממנו עודף פיתוח מחויבות רגשית בעוצמה.

תשוקה רגשית חיובית מצידו. היחסים איתו נחווים כגעגוע אליו שמוביל ל"ביצוע" (הוא כוסה, פולשני או חודרני) ולהקלה.

מישור הקוגניטיבי מתפרשת המציאות כך שאפשרים נפילות - אוויריות ומדומים - של האובייקט יתרחבו. כך מעמד:
מרחק, עבר חוסר בטחון ביחסים, בעוצמת מחויבות רגשית ואופטימיים משענים נרקיסיסטיים (גרנדיוזיות, לעצמו) שגורמים
לרתיעה. "האובייקט אינו... כמו: "משעמם", "מסוכן כי הוא..." "לא יכול לקבל קשר יציב...": פרשנות
אחרות: בחרתי באובייקט בגלל אמת/ניסיונות/פתולוגיה/אי שליטה/חוסר הגדרות/הפרד חוסר וכו'!

תפקוד ועיסוקים

הישג גרנדיוזי: הלמידה להיות, מושקע רגשית המקצועות יותר גרנדיוזיים ושבהם לא אובחן בתחום מעשי, מקצועי ומתמיד.
כדי למנוע השקעה רגשית ומחויבות רגשית אני נמנע מהצלחה שתחייב אותי להשקיע ולהתמודד עמה, שם דגש על
תחומים מקצועיים שאני פחות טוב בהם (כמו אומר יותר חשוב מאשר - דווקא התחומים שאני טוב בהם יש יותר מאונ"ר).
אני מתעלם מאימוד הערכה ואיני מתכוון. כך איני מושקע רגשית לאבחון (לא להתגשמות אותו יותר).

אני משקיע מלצמי (בעיקר רגשית) מעט מאוד בתפקיד. הביצועים שלי לא יסודיים ולקויים ואני נוטש מהר אחריות.

או מתמחק לגמרי או מתמידה כלפי לאחרים תוך הקדשה מועטה. לפני קהלת התחלות של קשיחים ואני "ניש קדושות".
אני חושב באוטיזם ניכרת ותוך התנגדות לנסיבות מתחלפות. כך נמנע מפגש רגשית שנובעת מהסתגלות מאוצבת לשינויים.
מאוחר שאני יודע שכך אואבד את התפקיד/משרה/עסק יוצא - אני בוחר חלופות בצורה מתמידה. עקירת תחושת

אורחות שמאלה אומרת התקשרות ומחויבות, מחויבות ומסירות, התמדות ושמירה באחריות של עיסוקו בשטון.
החלופה הנבחנת: חיים לבד או בת-זוג אחרת. המחיר של חיים לבד יושם הדגש על מאונ"ר.
החלפות תכופות אלו של עיסוקים גורמות להעדר מסלול קריירה ברור ולהעדר התמדה (כי אין כיוון שבו עלי להתמיד).

אם אני נוקט יוזמה - הרי היא אוטוקרטית, ספורדית ודיסקרטית. תמשים אחרות: היוזמות שלי מתמקדות בהיבט
כלשהו שלי, הן אוקראיות בזמן ובמרחב ואינן יוצרות רצף תמידי או אחר (NON GOAL ORIENTED).
עסקאים, כתחביב, אני עוסק בהסדר הויכוחים: קניית ידיים מדומים ומומצאים, חסרי נשקות ללא תאמונה - והשכונה.
עסקה, כדי להימנע מלמידה מהמחנים הישנים ובגלל הצורך לא תדיר אשמות ואיומים, אני נמנע מרכישת כישורים ומיומנויות.

כמו נטישה, מיומנויות טכניות, ידע שאינני יוצר אותן. לה מספק אם את "היסג" - כי אלה מאפיינים של הזער.
הפער בין הדימוי שמקדין הנרקיסיסט (כריזמה, ידע מסחרר, גרנדיוזיות, פוטנציות) לבין ההישגים בפועל הגבלים
מתסכלת המשענים בלל - גורם לתחושה מתמדת כאילו אני נובל את עוסק ההונאה, חי "בסרט" חיים לא אמיתיים.
לה מופיע לתחושות של אימה מתח ושל חסימות מאויבך ולכורח לפתח מניפולטיביות!

מקומיות ונטיעה

תחושה מתמדת של אי שייכות, תלישות, ניתוק כלפי כל מושא קונקרטי של סביבה: הגוף שלי (נתפס כזר וכמוזר).
יש התעלמות כוללת מצרכיו, מאיתותים שהוא שולח, מתמודדותו), המדינה, השכונה והשכנים, הליר, הדת, לדת האומה,
ביוגרפיה מוצלחות לניסוח מבוטלות גרנדיוזיות ומאוזן מלבות הסקי.
החברים בכל שלב בחיים. לה "ריחוק נרקיסיסטי" - התחושה שאני חי "בסרט" שלפעמים אני מאמין בו - ולפעמים רק שחקן
במגמת "יתגורות אמוציונליים" (תגלומים, מוסיקה, מקומות, אנשים, חפצים ומצבים הקשורים לאופקט).
תחושת זמניות: כל מקום וזמן נתפס כשלב מעבר מספיק אך לא הכרחי בסביבה הבאה, הלא מוכרת, קרובה ללא,
וחיים על תנאי: דירות שכורות, רהיטים בלתי חוקית, למובה בלי רשיון, ניירות מלווה בהתרגשות קצרה, רכוש לא אישי.
טיפוח תחושות של אי התאמה, עליונות ואיתור פגמים (לי יחסי אובייקט) - כל אלה הם סוג של התחושת מציאות.
הקפדה על טריטוריה אישית קשיחה ותגובה פיסית מתגוננת לעבכה.

רכוש, נכסים, בת-זוג, כסף - הערות

1) אני מחפה לעצמי להתקשר רגשית לכסף ולמטלטלין (אך לא לנדלן). יש להם מאפיינים שלי: מייצגים מצמה,
תחליפי אהבה, ניידים בהתרגשות קצרה, מתמקדים היטב. הם הופכים לספק מאניטר נרקיסיסטי פתולוגי ולמעשה, דינמיקה
של הEGO. אני מכיל אותם ומנותק מהם ולכן מאינה בטמאנות לכל אובדן או פגיעה בהם.
מחובתם אני חש הבטחון: הם מוכרים, צפויים, נשלטים. אין סכנה להשקיע בהם רגשית וכך אני חושב.

2) אותן פורמלית מבחינה בין נרקיסיסט, סדיסט, "סוציופת" ומיעוטן ביחסם לנשים. לטענתה, הנרקיסיסט יקשיש נשים והות
המטרה להדגיש את המאונ"א שלו. לדעתי, פונקציית הנשירה עקבית להחלפת אובייקטים. כלומר: ייתכן נרקיסיסט שיוחיה
עם בת-זוג והיא תמלא את צרכיו הנרקיסיסטיים באופן מלא בעוצמות אגירה - הלכה. המיטוגניה שלו תנבע מפחד
נטישה בשל טראומות מוקדמות ולא מהנרקיסיזם. אם הסדיזם ינבע מזה. נרקיסיסט שיש לו מפרטנו סדיסטי, אנוציאלי,
פרימיטיבי ואלימים יהפוך אם לסוטי-סוציופתי, מחוסר מצפון ומוסר. אני נרקיסיסט, מיעוטן, אוטי-סוציופתי ולא סדיסט.

האימון מעפיל אותה ומחליש אותה במטרה לעבור תהליך שלה בו וכך למעשה נעשתה על ידה. הוא משתמש במגוון טכניקות לספור את כל המוקדים שמהם היא שואבת (או לשוות לשאוב) כח בחייה: אישיות בריאה, המשפחה שלה, קריירה, לבך ודימוי עצמי; הריגשת הנפשית, חוסן המציאות שלה, תחושת החברה: כשיכולה אותה מכל (...) היא תרצה בו מקור סמכות, לבן, משמעות, רגש ותקווה הבלעדי ולמי תוכל לפנות אותו. ההתנהגויות שלה הלכו בצורות וגם דומות לתגובות של פחד והכחשת סובית. הקו שונה נשים ומשפיע, מתגלגל והכל לכן.

טראומות אלבני גורמות לכך שאני יותר "אני מאושר" כאשר אני בקשר רגשי עם מישהו ולהיקשר ולכן אני נמנע מאהבה רגשית עם אופנית וגם מן האפשרות להיות אותה כאן – כלומר מפיתוי שנעל מאינטראקציה.

מין ופחד נטישה

קשור האישורים בחיי אני חש שהלכים השלילה והמסלק מהם יש התקדמות ניכרת.

אני מרגיש רע רק במישור היחסים עם בת-זוג. ליתר דיוק:

אני מקנא באחרים שיש להם מין – כאשר לא לעצמי נשאר מועט מעצמי מין.

המין עצרת קרבה ועצרת אינטימיות, למרות שאלה מינימליות - הרי שניתוק הקשר נתפס כנטישה.

הנטישה מפעילה תחושות עמוקות קשות (שקשורות להעדר האבא המגדיר, אין היתר) שמעלות ללחוץ מציאות תחליף:

מין מוביל לתחושת נטישה מלווה בבדידות ובחיפוש תחליף.

כלומר: מין מוביל לשתי תחושות קשות (מחסור) ולהתנהגות כפייתית (חיפוש תחליף בכל מחיר).

תהליך יצירת מאנ"מ והתלייתו (מאונ"מ מסוג בת-זוג)

1. פרופיל המאנ"מ: סקסית, אינטית, נחותה, כנועה, יפה | מושכת, אינטלקטואלית, פסיבית, מתייבה | בשמלה למינה רגשית

2. התנויות - נגד: ביקורת על הכאה, הפסקת לימודות, תחבושת מופגן, מתן עזרה למי מבוקשת - ונגבים את פרופיל המאונ"מ ושוללים אופציות הקשר. שללת פרופיל המאונ"מ היא מיידית.
3. משיכה מינית
4. יצרנים התליית המאנ"מ: מין מנוהל עם לו עבודות, המיבעות, נשלכת כל האחריות (שחרור מעול האחריות), יצירת אי בטחון מיני, רגשי ופיזי ותפקודי (מוביל לרווחה עם פתרון חומר של התפקיד התלות) הבלות לבן לבד והפסקת הסות (סבלנות מתפרשת כדבר עצמו), תכניות ארגוניות, אידיאולוגיה, הפסקת אומן מוחלט ושיתוף מלא (מתבלה ההמשך קיומו של הקשר), יצירת תחושות של מיוחדות והסתגרות-אינטימיות, התגלמות

= יצירת תלות = יצירת מאנ"מ

5. עסקת המאנ"מ:

אני מקבל: הערכה, אוירה נרקיסטית, כנועות

אני נותן: ממשיך את אמצעי ההתפלויה ומפעיל את מסיכת הילד-פלא לקרבות אותה נטישה

היא מקבלת: יציבות הקשר, הבלעדיות רגשית עם מינית, שותפות רגשי ורוחני

היא נותנת: אינטימיות, קרבה, מיגד-אמיתי, מין, שיתוף בקהלת החלטות, תכנון לטווח ארוך, ילדים, רכוש משותף

6. תוצאה:

הכדור אובדי של המאונ"מ (אוירה מקבלת ונותנת), כעס וכאב, הפסקת הבלעדיות (בגידות), נטישה.

בחירת מקצוע

יכולת למידה כללית - טובה מאוד (5)

יכולת מילולית - טובה מאוד (5)

יכולת מספרית - ממוצעת (3)

יכולת צורנית-מרחבית - למטה מהממוצע (2)

כושר יד (טכנית-מוטורית) - למטה מהממוצע (2)

יכולת דיוק והקפדה על פרטים - טובה מאוד (5)

יכולת אמנותית - ממוצעת (3)

מעדיף עיסוק בתחומים, נתונים ורעיונות

אם כבר קשר עם אנשים אז: קשר טיפולי-נפשי, הדרכה והוראה, עבודה ביחידות, עם גברים מוכשרים

מעדיף עיסוק בדברים מופשטים

מגוון התעניינויות מיוחדות

לפי הטבלה של אן רו מתאים לתרבות או למדע.

לפי משושה הולנד מאויר מתאים לתרבות או לחברה או לארגון.

מגוון ברמה הגבוהה ביותר (1) המקצועות.

מקצועות לימוד: בתחום התרבות-80%, חברה-70%, מדע וטכנולוגיה-60%.

פעילויות: תרבותיות-100%, ארגוניות-90%, חברתיות ועסקיות-60%.

אוני טיפוס: תרבותי (10), מדע/טכנולוגיה/עסק - 7.

ציון מסכם: תרבות (28), מדע (18), חברה (16).

שאלון מרטין כל תחומי מקצוע: עצמאות (7), זמן פנוי (7), גיוון (7), יצירתיות (7), בטחון (6), הכנסה גבוהה (6).

מקצועות: רוח: היסטוריה, מדעי ההתנהגות, מדעי החברה, פילוסופיה

התנהגות: פסיכולוגיה, קרימינולוגיה וקומוניקציה → מקסימום לבק

מעשי: משפטים, ספרנות, עריכה לשונית, סוף קבוצות בחו"ל, לימודים.

תשובות לשאלות ליר"ז (נקודה 43)

(א) תבונת ביתי, כסף, חופש תנועה (נוספים) [און רביר וחמישי!]

(ב) להיות יוצר מפורסם, להיות עשיר, להיות מאושר

(ג) אם יש לי 2 מליון דולר: (בכלל) לא יוצא לשיקום, נשאר בספריה

לחבר להתגורר בפנטהאוז שכור

מרהט הפנטהאוז ומעצבו

סדר יום: 1/3 לימודים עצמיים + 1/3 יצירה + 1/3 בידור

פוגש אנשים רק בנושאים הקשורים לתחום יצירתי:

- מו"ל, לוחק, מגיה, מעצב, פרסומאי, לינוטיפאי, קהל ורו"ח -

מחבר בחופשות ובנסיעות לחו"ל

(ד) יוצר

(ה) לרדת ברמת המחיה ו ליצור (או ללמוד כדי ליצור)

(ו) אגירת ידע, יצירה, הרצאות, הופעות בתקשורת, להתבטא

(ז) ליצור תוך הכרה ציבורית

רכיב דומיננטי: יצירה כדי להתפרסם

⇓

(A) מטרות ברורות וספציפיות

(B) תכניות מפורטות וברורות

(C) לרוץ בכל יום רשימת הדברים שיש לבצע

(D) ארגון הרשימה לפי סדר העדיפויות

⇓

(E) התרכזות והעמקות במשימה החשובה מכל עד לסיומה ואחר כך לשנייה בדחיפות

⇓

יצירתיות: (1) התייחדות למושב 30 עד 60 דקות: שב בשקט, ללא תנועה וללא הפרעות

(2) טכניקת הספייה

(3) שיטות פוזיטיביות: הרגעה לקולות טבע, או למוזיקה

(4) סיעור מוחי - 20 תשובות לשאלה המנוסחת הדיוק

(5) שיטת הרוורוב: (א) לכל בעיה פתרון רציונלי

(ב) שינוי נקודת לקולם החיובי (הבעיה הופכת לאתגר, או מצב)

(ג) הגדרת המצב בכתב ובבהירות

(ד) מהן הסיבות האפשריות למצב

(ה) רשום כל הפתרונות האפשריים ובחר בנכון. התמקד בפתרונות, לא בבעיות.

(1) קבל החלטה, או קבע תאריך יעד לקבלת החלטה

(2) פעל: חלק אחריות וקבע מועדי ביצוע.

(6) הפעלת מוחות: 4-7 איש מושב 30-45 דקות לתחזית רעיונות בבקשה. יש מנחה ורשם.

(ד) לו נותרו לך 6 חודשי חיים כיצד היית חי? [התשובה צריכה להיות דומה ל-(ג)]

(ה) מה הדבר שתמיד רצית לעשות ופחדת לעשותו?

(ו) מה מן הדברים שעשית עד היום גרם לך להרגיש נפלא?

(ז) מה המשאלה האחת שהיית מבקש?

↓

(1) תוצאות התרגיל הקודם: מטרה אשר בה אתה חושק מאוד מאוד עמוק בלבך

(2) זו חייבת להיות מטרה מלהיבה (סיכויי ההגשמה לפחות 50%) אך שמציבה אתגר

(3) רשום את מטרתך בפירוט המקסימלי האפשרי

(4) רשימת כל היתרונות שיגיעו מהשגת המטרה שלך

(5) בחר את מצבך המדויק היום (בהתייחס למטרה)

(6) קבע תאריך יעד להשלמת המשימה

(7) רשום את המכשולים בדרך למטרה

(8) רשום מה עליך ללמוד כדי להשיג המטרה ולהמשיך ולהתמיד בה

(9) זהה בבירור האנשים, הקבוצות והארגונים שתמיכתם ושיתוף הפעולה שלהם תעזור להגשמת מטרותיך:

(9א) פרק כדי לקצור, השקע כדי להרוויח - חוק ההחזרה

(9ב) לכל פעולה יש פעולה חוזרת (יש לתת כדי לקבל) - חוק הפיצוי

(9ג) הבאו תועלת לאחר, זה הסוד - חוק השירות

התרכז בנתינה ולא בלקיחה

(10) הכן תוכנית מפורטת, ידוע חשיבות ותזמון, בדוק התוכנית ותקן אותה מדי פעם.

(11) חלום את המטרה, כאילו כבר הושגה

(12) דבוק במטרה ומשמעת עצמית

חוק ההרגל (הרגל מחשבות חיוביות שוב ושוב)

חוק הנינוחות (המאמץ הוא גורם מפריע בעבודה שכלית)

37. אנו מעריכים ומתפתחים לכיוון הדימוי האידיאלי (מה אנו רוצים להיות ומה אנו שואפים להשיג).

לכך מפריעים: ההומאוסטזה (הצמדות אל הקיים).

פסיכוסקלרוזיס (הקשחות הגישה והחשיבה, דוגמטיות, אטימות לרעיונות חשובים)

38. שינוי דפוסים: דמיין בבהירות כיצד תנהג עם התכונות והאופיינים החדשים.

39. שיטת החינוך העצמי (הבנה על קביעות חיוביות ואישורן). חוק התת-מודע: כל מה שהמודע מאמין בו ומקבל אותו מתקבל ע"י התת-מודע, המוצף הפעולות להגשמה במציאות. אל התת-מודע יש לדבר כך:

(א) להיות אישיים ("אני" ולא "אתה" או "אתם") (ב) להיות חיוביים (ג) להיות בהווה

40. שיטת הדמיון המודרך - תמונה חדה של מה שרוצים להיות או לעשות, באלו התחושות, לא רק הטוב ביותר, ושינוי ההצלחה.

41. שיטת ההצגה: התנהג והראה פנים כאילו הכל כפי שהיית רוצה. ההתנהגות משפיעה על הרגשות. דבר אל המראה ושדר מסרים חיוביים שייקלטו ע"י התת-מודע. הדרך להקשר עם התת-מודע היא [illegible] מחשבות. התת מודע אינו יכול להבדיל בין דמיון ומציאות והוא מקבל כל מחשבה כפשוטה.

42. שיטת התכנות הכתובה: רשום מטרות בבהירות ובאופן מדויק ולעתים קרובות, רצוי בשעות הבוקר, בזמן ראשון הרוח. אח"כ עצום עיניך ודמיין לעצמך נהנה מהתוצאות.

דמיין את סדר אירועי היום והוסף את הדרך שבה אתה שואף לנהוג בכל אחד מהאירועים = תהליך מנטאלי.

טכניקת התכנות הספורטיבית: הגדר סדר פעולות במוח, למד הכללים ודע מה שעליך לעשות. אח"כ הרגע והתכונן והבן כיצד, בדיוק, תיראה פעולה מושלמת בשטח זה. דמיין לעצמך מבצע כל אחת מהתנועות הנדרשות כפי שתרצה לעשות.

43. שבע השאלות: (א) חמשת הדברים החשובים בחייך

(ב) רשום תוך 30 שניות שלוש המטרות החשובות בחייך

(ג) לו זכית ב-2 מליון דולר, מה היית עושה

175

14. עם ביקורת יתר בגיל צעיר יוצרת רגישות יתר לביקורת.

15. חוק הריכוז: דברים שחושבים עליהם כל הזמן הופכים לחלק מן החושב. הופכים למה שחושבים.

16. חוק התחליף: המודע יכול להכיל רק מחשבה אחת בו-בזמן. ניתן להחליף מחשבה שלילית בחיובית ולהשאיר במוח רק רעיונות ומחשבות חיוביות. כך נהפוך לאדם חיובי.

17. יש לקבל אחריות על חייך. הנטיה להגיב כשלטונות ואשמות היא גורם לכך. אנו נשלט בחייך כמידת האחריות שנשא לה.
יש קשר בין אחריות, שליטה, חירות ורגשות חיוביים.

18. כל הרגשות השליליים הם צורות של כעס המופנה פנימה או החוצה. הם תגובה שלנו והם באים מבפנים ולא מבחוץ.

19. שורשי הרגשות השליליים: הצדקתם, העלבות לא המצב והתייחסות אישית. במלים אחרות: לא ייתכן שתחוש רגש שלילי מבלי שתאשים מישהו, משהו או מצב מסוים.

20. בכל פעם שיקרה משהו שלילי נאמר: "אני האחראי" ובהתאם לחוק התחליף, נחסום את המודע.

21. כשנשים במצוקה אומר: "אני מבין שיש לך בעיה, טוב אתה האחראי. מה אתה חושב לעשות?"

22. רגשות אשם יוצרים פחד מפני הצלחה (איני ראוי לטובה). כך-לאחר מאמץ קשה המוביל להצלחה - מכשיל האדם את הצלחתו (העבודת מציפיותיו לכשלון).

23. רגשות אשם יוצרים ביקורת הרסנית של עצמי ושל אחרים.

24. אנשים עם רגשות אשם קלים מאוד לתמרון. יש "שולחי רגשות אשם" ו-"תופסי רגשות אשם".

25. אנשים בעלי רגשות אשם מאשימים אחרים במה שקורה להם.

26. לבעלי רגשות אשם שפה "קורבנית" וזה שולטת במילה "הלוואי" (אולי אני לא יכול...) או "אני אנסה" (אולי אוכל...).
אל תאמר: אנסה, אני מקווה. אמור: אעשה/לא אעשה לבנות
הלוואי שיכולתי - אוכל/לא אוכל
איני יכול/אני מוכרח/אני חייב - לא אעשה לבנות מכיוון ש...

27. אל תבקר עצמך על שום דבר ואל תרשה לאף אחד לומר עליך דברים שליליים.

174

אל תגיד 'לא לעצמך' משהו אלא אם כן אתה רוצה מאוד שהוא יהיה נכון, שיהפוך לחלק מאישיותך ומחייך.

28. כשמישהו ינסה לתמרן אותך באמצעות רגשות אשם, אמור: "האם אתה מנסה לגרום לי להרגיש אשם?"
חשוב על כך זה לשבירת דפוס ההתקשורת הזה.

29. הפסק להאשים אחרים. אף אחד לא אשם. אתה אחראי לחייך. אם תאשים - יאשימו אותך. התנצל בפני מי שגרמת לו נזק.

30. חוק הסליחה - היכולת לסלוח ולהפטר מטינה וממרירות, מסימני האישיות הבריאה.
אני סולח להוריי במאה אחוזים על כל מה שאי פעם עשו לי. אני אחראי לחיי וסולח לכולם.

31. אין חובה לאהוב את האדם שאתה סולח לו, לקבלו, או להתחבר איתו, או לאהוב אותו.

32. עליך לסלוח לעצמך על כל דבר מרושע, טפשי, מכוער, מגוחך וחסר טעם שעשית אי פעם.
חוסר סליחה לעצמי הוא תירוץ לא להתקדם.

33. קבלת אחריות פירושה מבט קדימה ו האשמה פירושה מבט אחורה. יש לנקות את לוח העבר בהתנצלויות בפני אחרים.

34. הדאגה היא צורה נפוצה הנובעת מ' חוסר החלטה. הדאגה היא הצבת מטרות שליליות (כי חוק התשומה וחוק הציפיה).
פעולה מכוונת ומודעת המתמודדת עם מצב הדאגה מבטלת הדאגה.

35. מה, בדיוק, מדאיג אותך (הגדרה בכתב)?
מה הדבר הגרוע ביותר היכול לקרות כתוצאה מהמצב?
קבל שהדבר הגרוע ביותר עלול לקרות ושעליך ללמוד לחיות איתו.
התחל לשפר את הגרוע מכל, נקוט צעדי מניעה.
(לפי סדר החומרה של המצבים)

36. סיכום חוקי ההצלחה: חוק התשומה (מחשבות + רגש = המציאות שלנו)
חוק הציפיות (כל מה שאנו מצפים שיקרה, אכן יקרה)
חוק המשיכה (אנו מושכים אלינו אנשים ונסיבות המתאימים עם מחשבותינו)
חוק הריכוז (כל מה שמתרכזים בו במודע הופך לחלק מהחוויות)
חוק התחליף (המודע לסוק רק במחשבה אחת באותו הזמן - הפסק אותו בחיובי)

ליצה על הצלחה

1. הפוטנציאל להצלחה טמון בנו ובקרבתנו.
2. הצלחה = שקט נפשי + בריאות ואנרגיה + חיי אהבה + חירות כלכלית + מטרות ואידיאולוגיות + סיפוק (הגשמה) עצמי.
3. תחושה טובה פרופורציונלית לשליטה בחיינו, תחושה רעה במידה שבה חיינו נשלטים מבחוץ.
4. המחשבות הן הסיבות לתנאי חיינו (התוצאות)
5. המציאות שלך = אמונותיך + רגשותיך (אמונות = מסנן מידע סותר שאינו תואם את מסך האמונה) אתה מה שאתה חושב. חשיבה סלקטיבית מסננת התוצאה מידע סותר.
6. גישה חיובית היא תנאי להצלחה והיא נבנית מן הציפייה לגבי תוצאות מעשינו. צפה תמיד לטוב ביותר!
הציפיות לעצמן נבנות מאמונותינו, המבוססות על רצון הגוני!
7. לכן נוכל לשלוט בניהול תפיסותינו העצמיות בתחומים השונים של חיינו.
8. התפיסה העצמית = אידיאל העצמי (העצמי האופטימלי שלפיו השגתו מוצעות ההתנהגויות) + הדימוי העצמי (תמונה שיצרנו לגבי דרך פעולתנו, מראה פנימית) + הערכה עצמית (עד כמה יש אהבת העצמי)
9. לכן ניתן לאהוב מישהו יותר מאשר את עצמנו.
10. לכן ניתן לאהוב אותנו יותר משאנו אוהבים את עצמנו.
11. מפני שהתינוק חסר אהבה בחמש השנים הראשונות של החיים. גם כל התפתחויות נלמדים (הילד חסר פחד וכל יכול). הילד ספונטני וחסר מעצורים: עושה מה שרוצה ולא מה שצריך. לא בת גם אנו חברים טובים תופרים להיות ילדים.
12. הילד לומד בדרך החיקוי של ההורה הדומיננטי ולקחון "הכאב (להתרחק) והעונג (להתקרב)". הורה הנותן שימוש בשליטה אהבה כאמצעי לתגמול מצמק את הילד נפשית.
13. לבבות שליליות (אינני יכול) הם התפתחות אינפנטילית ומובילות לפחד מפני כישלון. כמו כן יש דפוס שלילי כפייתי (אני מוכרח, אני צריך) המוביל לפחד מפני דחייה. במשולב: אני לא יכול, אבל אני מוכרח.

[illegible]

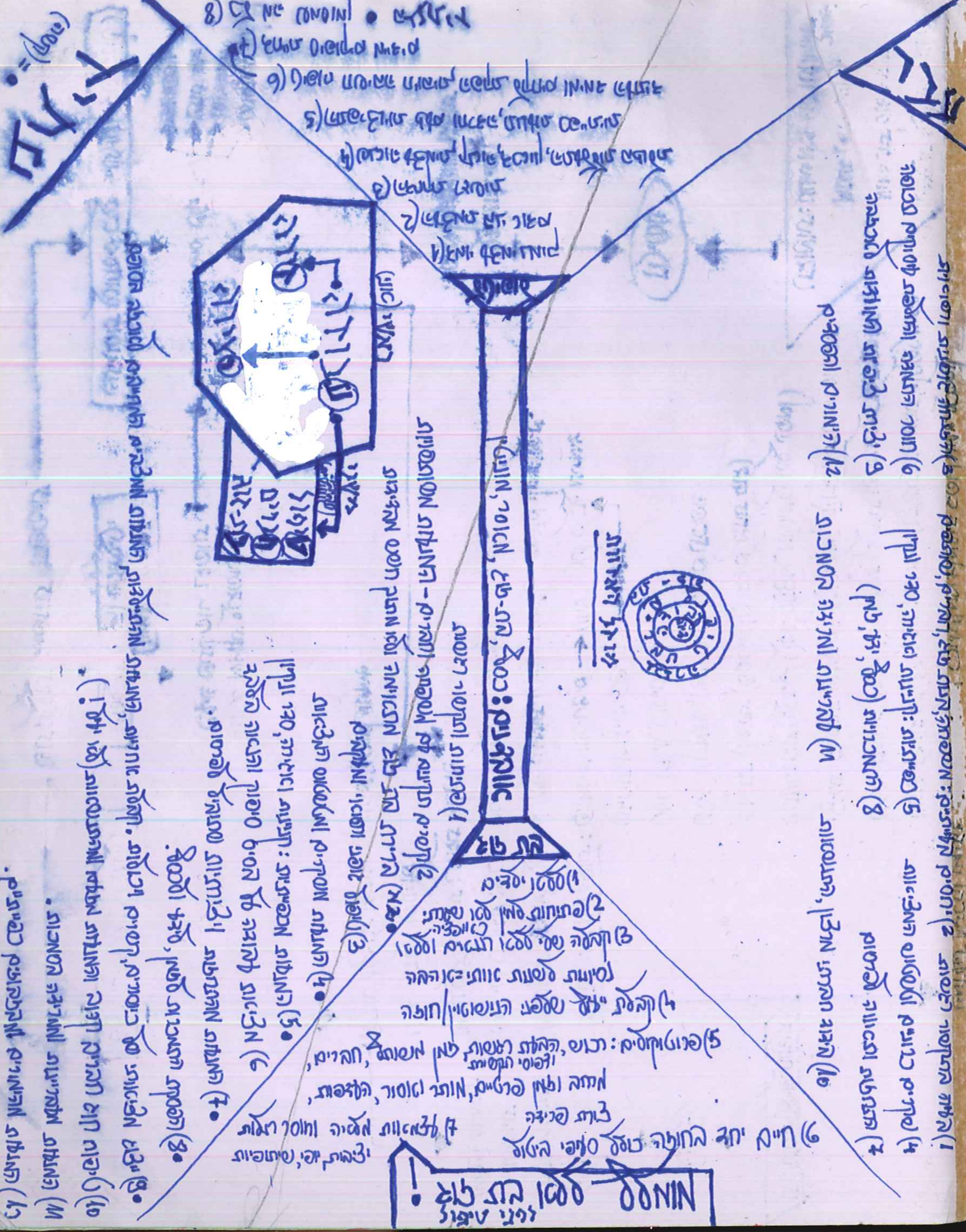
2. פנימיים — פתרון

(א) חוסר התאמה בין הדרישות הרוחניות - אושר חומרי, גבורות והתנסויות — משימות קדנות ומרתקות
(ב) אוהב לנסוע — נסיעות
(ג) חשיפה לציבור גדול — חשיפה לציבור (גדול, גם עושר)
(ד) אוהב להרצות, ללמד, להיות במעמד עליונות — להרצות, לחנך, לכוון, להנחות, לייעץ
(ה) מגע לא מחייב עם אנשים, במיוחד נשים — מגע בכבוד, גדול ובו נשים
(ו) אוהב אינטלקטואליות — עבודה ופנאי כוללת אופי יצירה
(ז) לא תחרותי — עבודה כעובד בודד, סוליסט, שכיר בכיר
(ח) בטחון ויציבות (הכנסה!) — מגע אסון באופן בטוח ויציב
(ט) שלוות לעבודה גמישות ותנאי עבודה גמישים — עצמאות או מעמד בכיר או אמון הממונים

סינון ראשוני: עיסוקים העונים על האילוצים (אפשר גם שילוב)

• סביר Δ רצוי

1. משרה אקדמית: פרופסור
2. עיתונאי חוקר + מאמרים
3. מנחה בטלוויזיה
4. פרסומאי
5. במאי קולנוע
• 6. מרצה שאינו אקדמאי
• 7. יועץ במסגרת חברת ייעוץ - בארץ
• 8. מו"ל (עיתוני פקס)
Δ 9. יועץ במסגרת חברת ייעוץ - בחו"ל



"אין לעבר כל קשר לעתיד - אלא באמצעותך.
רק בידך לנתק קשר זה."

① עסקים ועיסוקים

אני במצב עכשיו, שבו אפשר לבצע אופטימיזציה של חיי תחת מספר אילוצים נמוך ביותר (מלבד מטלטלין ומלבד חובות).

רוב הזמנים, בשהם שוטלים: "לאן מכאן" לוקחים בחשבון אילוצים כמו: כסף, רכוש, בת זוג, ילדים, מקום לעבודה/עסק פרטי, מגבלות מוניטין וסטטוס, משפחת מקור.

ככל שמספר האילוצים נמוך יותר - האופטימיזציה קלה, מהירה ומוצלחת יותר.

רשימת אילוצים:

1. חיצוניים — פתרון

(א) חובות להשלים כ-4000 ש"ח בחודש — * להשתכר מינימום 10K

חלש (ב) מטלטלין — לאחסן (אם נוסעים)

(ג) מוניטין גרועים ומיצוב פגום — לשפר המוניטין

חלש (ד) קרבה למשפחת המקור — להרחיק, קשר לא-פיזי

חלש (ה) משפטים ותביעות (סוטן, מזרחי) — * סיכון נמוך: להמשיך

(ו) מגבלות העבודות מעבר לפיזי (בעיקר מקצועות הדורשים רשיון) — לא לעסוק במקצועות אלו

(ז) הפרעות אישיות — (*) טיפול

(*) אופרטיבי.

סיכום אופרטיבי: להשתכר מינימום 10K בחודש. הנחיה: לשפר המוניטין

להתמודד בהליכים המשפטיים

לקבל טיפול

מפת נפש

התפתחות גופנית ונפשית

דימוי עצמי נמוך (משקל)

השפעת הדחף הרומנטי
והדחקת הרגשות

התייחסות לאנשים כאובייקטים (ניצול ובגוד)

בעיה בהתקשרות רגשית
חוסר מודעות לרגשות

יחסים אינטימיים בלתי יציבים [בחירה שגויה]
→ משפחה
→ בנות זוג
→ חברים
→ שותפים לעסקים

יחסי מין והעדפות מיניות של בוגרים*

נטישה

תגובות: חרדה מאינטימיות ותחושות אשם
משבר רגשי אקוטי
מחשבות אובדניות
המלצות לטיפול / קשר חדש

שנאה עצמית וקנאה באחרים, דכאון מתמיד
חוסר יכולת לאהוב
התעללות רגשית בתקופת הקרובה**
שקרים כרוניים עד כדי טשטוש גבולות המציאות
התחזות ותאווה לפרסום (של הדמות המומצאת!) - פרסום קומפולסיבי
התנהגויות מכשילות: הימורים והפסדים → חוסר בטחון כלכלי מתמיד
קניינות ואגירה כפייתיים ← חובות
סדר וניקיון כפייתיים
חוסר התמדה והחלפת עיסוקים תכופה
בחירות שגויות (עיסוקים, שותפים, בנות זוג)
התמכרויות (אלכוהול, סיגר, ניצול מקסימלי של הזמן)
יצירת ציפיות המובילות לאכזבה - התחמקות וחוסר אחריות
בידוד חברתי מרצון, תחושות עליונות והתבדלות מתנשאות
התפרצויות זעם וחרדה מתמדת, תנועות כפייתיות, קלפטומניה
הגנות מתחום הדתית ותפיסת העולם כאיום / מגרה / בלתי צפוי / אויב לכישלון

הפרעה גופנית ותפקודית
תגובה אוטורה
לישון

תגובות: טיפול נקודתי

מחלות

עבריינות ואקטים מודעים של הרס עצמי
ומרידה בכל סמכות בכפייה וחרדה לפרטיות

עונש
ותיוג חברתי

תגובות: רווחה והקלה עד כדי
התרוממות רוח

יחסים עם גורם קרוב
** יצירת יחסי אמון כבסיס לכל
קו של הסדר רגשי
בלבול וביקורת בלתי פוסקים
התעלמות ובריחה בפעולה
יצירת חסכים

התפתחות מינית מאוחרת:
* העדפת מין אוטונומי, מהיר, כוחני,
קבוצתי ומנותק מאהבה.
קרירות מינית עם אדם אוהב.
רגישות לעולם הדמיון.